

الجوادين
زهور
مجلة فصلية - تعنى بشؤون المرأة والأسرة
تصدر عن وحدة الإصدارات - قسم الشؤون
الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة
العدد ١٢٧ / السنة الخامسة عشر / ١٤٤٤هـ - ٢٠٢٢م
٥ هل خسرنا السباق؟!
٢٢ الأجهزة اللوحية تصادر السلطة الأسرية
٣٦ انعكاس المرايا في جميل النيّات





هيئة التحرير

المشرف العام
م. جلال علي محمد

رئيس التحرير
الشيخ عدي الكاظمي

سكرتير التحرير
غفران كامل كريم

التدقيق اللغوي
رياض عبد الغني

التصميم والإخراج الفني
عبدالله جاسم محمد

مجلة فصلية تعنى بشؤون المرأة والأسرة
تصدر عن وحدة الإصدارات قسم الشؤون الفكرية والثقافية/ العتبة الكاظمية المقدسة
العدد ١٢٧ / السنة الخامسة عشر ١٤٤٤هـ - ٢٠٢٢م / رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١٥١٤) لسنة ٢٠١١م
زورونا: (www.aljawadain.org) - راسلونا: (flowers@aljawadain.org)

في هذا العدد





الساتر الإلكتروني

أصبح التذويب الثقافي للمجتمع الإسلامي من أسهل الممكنات بعد ظهور الهواتف الذكية وجيل الشبكات الاجتماعيّة، التي تميّزت بتنوّع الوسائط وجاذبيّة التأثير وسرعة التحديث وارتفاع حالة الآنيّة وصعود الديمقراطية الرقمية وبروز ظاهرة التشاركية، ليكون (الإعلام الجديد) -إذا ما وظف بشكل سلبي- بتقنياته المتنوّعة والساحرة من أبرز معاول هدم النسق القيميّ للمجتمع، الأمر الذي يتطلب وقفة جادة من الجميع من أجل ممارسة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر إلكترونياً، ونبذ الانزواء والانكفاء الإلكتروني من خلال تشجيع المؤمنين والمؤمنات على تكثيف نشاطهم في الفضاء الرقمي المفتوح من خلال الترويج للمكتسبات المتحققة وللقيم الأخلاقية المتجذرة والدفاع عن قضيتنا الحقة.

ويجب أن لا يغيب عن بالنا أنّ المرأة ليست معفية من المشاركة في مضمار سباق التبصير الرقمي، وردّ المؤشرات السلبية النكراء بأخرى إيجابية تصوب الوضع نحو الرشد، فهي عنصر أساسي في معادلة التصحيح لكل خرق، والتعزيز لكل فضيلة، والتأصيل لكل منطق سليم، كونها لبّ المجتمع وقلبه وقوام نسيجه وقارب نجاته.

سكرتير التحرير







الجبيرة

www.sistani.org

السؤال: أصبتُ بكسرٍ في كفّ يدي اليمنى، وتمّ عمل الجبيرة من أطراف الأصابع إلى ما قبل الكوع، فكيف أتوضّأ؟ وهل يجوز مسح رجلي اليمنى بيدي اليسرى؟

الجواب: تمسح على الجبيرة بيدٍ مبلّلة، وتمسح الرأس والرجلين باليد اليسرى.

السؤال: إذا كان في يدي جرح صغير جدّاً ويخرج منه دم وحان وقت الصلاة وكنت في عجلة من أمري بحيث لا يسمح لي الوقت بانتظار الدم حتّى يجفّ، فهل يجوز لي أن أتوضّأ وضوء الجبيرة؟

الجواب: لا يصحّ وضوء الجبيرة، ويمكنك غَسل اليد تحت الحنفيّة فإذا بلغت موضع الدم تضغط عليه ليتوقّف الدم لحظةً، وبعد مرور الماء عليه لا يضرّك خروج الدم حتّى لو كان كثيراً.

السؤال: ما حكم مَن كان عليه غُسل جنابة ولديه كسر في كتفه ولا يمكن الاغتسال بالماء؟

الجواب: يغتسل جبيرةً.

السؤال: هل تلحق الرضوض بالكسور في أحكام الجبيرة؟ وهل تلحق الحروق بالجروح؟

الجواب: بالنسبة إلى الرضّ فإن كان الموضع مكشوفاً ولكن كان يتضرّر باستعمال الماء فالمتعيّن هو التيمّم، وإن كان مستوراً بالدواء كفى الوضوء جبيرةً، وهكذا حكم الحروق مع عدم صدق الجروح أو القروح عليها.

السؤال: من كان على بعض أعضاء وضوئه جبيرة وكان حكمه المسح على الجبيرة، فهل يشترط أن يكون المسح باليد أو يصحّ بأيّ شيء، كأن يكون كالاسفنجة مثلاً؟

الجواب: إذا كانت الجبيرة في موضع الغَسل يجوز المسح بأيّ شيء، وأمّا إذا كانت في موضع المسح فيجب أن يكون المسح بالرطوبة الباقية في اليد.

السؤال: إذا كان الشخص مجنباً واغتسل غُسل الجبيرة ثمّ برئ من الكسر أو غيره، فهل تجب عليه إعادة الغُسل؟

الجواب: لا تجب.

السؤال: هل يشترط في المسح على الجبيرة وعلى أطراف الجرح أن يكون من الأعلى إلى الأسفل؟

الجواب: نعم، يلزم ذلك فيما لو كانت الجبيرة في الوجه على الأحوط، وتجب مراعاة الأعلى فالأعلى في غَسل أطراف الجرح مطلقاً.

السؤال: قد تكون الجبيرة أكثر من القدر المتعارف في مثل الجرح فكيف يكون الوضوء؟

الجواب: إن أمكن رفع المقدار الزائد منها وغَسل الموضع السليم منها أو مسحه تعيّن. وإن لم يمكن ذلك أو أمكن ولكن كان حرجيّاً أو موجباً للضرر على الموضع السليم، سقط وجوب الوضوء منه ووجب التيمّم.

السؤال: هل يجري حكم الجبيرة في الجرح المكشوف الذي لم يعصب؟

الجواب: كلّا بل يكتفي فيه بغَسل أطراف الجرح فقط.

السؤال: أصبت بكسرٍ في يدي اليسرى فوضعت عليها جبيرة من منتصف باطن الكف إلى ما قبل الكوع:

١ـ كيف أغسل اليدين، وأثناء الاغتسال أقوم بلفّ الجبيرة بما يعزلها عن الماء غلاف بلاستيكي لئلّا تتضرّر؟

٢ـ هل يجب عليّ في الغُسل أن أمسح على الجبيرة؟ واذا كان يجب ذلك فما حكم صلاتي إذا كنت جاهلاً بالحكم؟

الجواب: ١ـ تغسل يدك اليمنى تحت الحنفيّة، فإنّه لا يجب المسح في مواضع الغَسل، ثمّ تمسح برطوبة خفيفة على الجبس، وتجري ماءً قليلاً ولو بمعونة المسح على باقي الكف، ويجوز أن تمسح الرأس والرجلين باليد اليمنى.

٢ـ نعم يجب، وعليك قضاء الصلوات.

السؤال: هل يشترط في الجبيرة أن تكون ممّا تصحّ الصلاة فيه؟

الجواب: لا يشترط في الجبيرة، فلو كانت حريراً أو ذهباً أو جزء حيوان غير مأكول لم يضرّ بوضوئه، فالذي يضرّ هو نجاسة ظاهرها أو غصبيّته.

السؤال: ما حكم ما إذا كان باطن الجبيرة نجساً؟

الجواب: إذا كان ظاهر الجبيرة طاهراً فلا تضرّه نجاسة باطنها.

السؤال: ما هو حكم الأرمد إن كان يضرّه استعمال الماء مطلقاً؟

الجواب: التيمّم، وإن أمكن غَسل ما حول العين فالأحوط وجوباً له الجمع بين الوضوء والتيمّم.

هذا إذا لم تكن العين مستورة بالدواء وإلّا فيلزمه الوضوء جبيرةً.

السؤال: ما هو حكم ذي الجبيرة إذا برئ في ضيق الوقت؟

الجواب: إذا برئ ذو الجبيرة في ضيق الوقت أجزأ وضوؤه.

السؤال: إذا كان في عضو واحد عدّة جبائر فما هو العمل؟

الجواب: يجب الغَسل أو المسح في فواصلها.

هل خسرنا السباق؟!

حورية خليفة المناوس/ السعودية

سبحان منزّل القرآن على البرية نورًا، وجاعل وحيه بين ظهرانيهم سطورًا، ليسر لهم بتفضّله الوقوف على أسرار علمه العميق كلاً بقدَر، فهو الكتاب الفياض بالهدى، أُنزل من سمو القدس على أودية القلوب ليسيل كل واد بقدر.. فتبقى ينابيع الآي الحكيم تروي كل علم وخُلق وفضيلة عبر العصور.. كتاب فيه تبيان لكلّ شيء، تركه تعالى فينا أحد ثقلي النجاة، ليكون محل سباق لمن يسعى للاستفادة من مكنون علومه، ويحظى بسبر غور مضامينه..

فرقان فرَقه تعالى على نبيه الخاتم على مُكث، وقدّر تبليغه تقديرًا.. وكل ما جاء بشرٌ بمثلٍ، جاء محكمه بالحق وأحسن تفسيرًا، ومنذ ذلك العصر الذي زخر ببلاغة أصحابه وفصاحتهم وحتى عصرنا الحاضر، ومع ما صاغت الأقلام وأغدقت القرائح من سبك وحبك، يبقى القرآن يصدح بتحديه علنًا: إن كان هناك مَن يُنصّب نفسه ابن بجدتها في قبول التحدي .. فيأتي بمثله، بل بسورة من مثله فيكون أهل التصدي، فلا يقابل هذا التحدي إلا بتضاؤل الهمم، وتصاغر كل مداد وقلم، فتُبدي قوافي الإعجاز عجزها، وصياغات التعابير وهنها، فكلما صيغ كلام واتسق.. يبقى القرآن سيد الألق.. ويبقى المشعل الوتر بين الكتب للهدى والنور..

ومن هنا، وحين لم يجد أعداء الدين إلا تكاثر عجزهم، وخيبة أملهم من أن يهزموا التحدي الرباني القرآني، لم يجدوا بدًا من التوجه إلى مكائد أخرى، يعوضون بنتائجها عن هزيمتهم.. فلم يوفروا كلّ ما أمكنهم من جهد في محاولات صرف أهل القرآن عنه، فاشغلوهم بكل شاغل، ولم يتركوا ما استطاعوا أن يعمل به عامل، متربصين ببني الإسلام كل دائرة حاكوها، ومكيدة دبّروها، حتى نجحوا مع الأسف بأن يجعلوا القرآن بين أمته عِضين، يؤخذ منه ما وافق الهوى ويرفض ما خالفه!.. فمع مر العصور وتعاقب السنين بات كتاب الله الذي هو الدستور والمنهج - يُقتنى تحفةً أو بركة، أو يتعهد بالقراءة ولكن دونما تطبيق لكثيره عند الكثير..

نعم مما يُعد أملاً بالخير أنّ مع ألطاف أولياء الله وخلفائه، المتصل سببهم بين أرض الله وسمائه، على مر الدهور مستحفظ بعد مستحفظ - تبرز ثلة في كل دهر تقتدي بهم فتحمل على عاتقها تعهُّد كتاب الله العظيم يلقنون تلاوة آياته وينشرون علمه القويم.. لكن هذه الجهود، مع العرفان بقيمتها، لم تستطع الوصول إلى المبتغى! فبنظرة لواقعنا الإسلامي لا نجد حضورًا واضحًا مطبقًا لتربويات قرآننا إلا ربما ما وافق منه الأعراف والتقاليد! حضور ممزوج سمينه بغث الفكر الدخيل لكثير من تربوياته، وغياب مؤسف لطموحاته وتطلعاته، فالتربويات والتطلعات التي حُبك الآي القرآني بها لتكون منهج حياة يوصل الأمة لرقيّ وتقدم تسود به الأمم فيظهر دينها على الدين كله لم تتجسد لتحقق له هذا الظهور.. بينما نجد الريادة في حضارات لمجتمعات أخرى غير مسلمة، فقد غدت لغات أخرى هي اللغة الأم وأصبحت لغة القرآن متأخرة، وحضارة الإسلام هوية مفقودة لا نجدها إلا تراثًا في أثر، أو معلومة بين أغلفة كتب التأريخ، وتطورهم ومكتشفاتهم باتت أساساً مهجوراً من معظم المسلمين، ومسكت زمامه يد غيرهم، حتى غدت المجتمعات الإسلامية، مع الأسف، مَسُودة وغيرها من يسود..

فهل من خطوات قيادية مرتقبة تكون محلّ الأمل في إرجاع مؤشر بوصلة الأمة نحو قرآنها! فتكون محل تطبيق أظهر لمضامينه السامية فتسمو بها عن كل ضعة وتأخر!!، أم نخسر السباق ونكون مصداقًا لمن خالف وصية الأمير المرتضى ﷺ حين أوصى بكتاب الله قائلاً: (الله الله في القرآن فلا يسبقنكم إلى العمل به غيركم).





كوني مع اللّه

رجاء محمد بيطار/ لبنان

أطرقتُ طويلًا قبل أن أرفع رأسي وأجيب:
- لا أظنه يناسبني!
كانت الخيبة باديةً بوضوح على وجه عمتي، ولم يكن بوسعها أن لا تعترض، على الأقل بكلماتٍ تعبّر عن عدم اقتناعها بقراري، فهتفت بإصرار:
- لن تخسري شيئًا إذا جالسته مرةً واحدة. إنه ليس إنسانًا سيئًا، صدقيني.. إنه حلم الفتيات!
- ولكنه ليس حلمي أنا!
- وما هو حلمك؟!
كان سؤالها يفتح نوافذ عقلي وقلبي على مصاريعها، ولم أكن بطبعي أحبّ أن أسرّ إلى غير والدتي بدواخلي، ولم أكن واثقةً من أن عمتي ستتفهم أسباب رفضي ودوافعه، ولا تفاصيل حلمي، ولكن السؤال كان يتطلّب جوابًا حاسمًا، فرددت قائلة:
- ليس صعبًا أو مستحيلًا، ولكنه ليس متوافرًا فيه... أريد أن أبني حياتي المستقبلية مع شخصٍ يشبهني، وهو ليس كذلك!
- لعلني لا أعرفه كفايةً يا عزيزتي، ولعل إجاباتي لك لم تكن دقيقة.. أفضّل أن تسأليه بنفسك.. هذه نصيحتي لك يا ابنتي، فهو حقًا إنسان جيد، ويستحقّ منك فرصةً للتعرّف عليه!
كانت عمتي عنيدة ولا تستسلم بسهولة.
لعلني ورثت هذه الصفة عنها، ولكني طعّمتها بقناعاتٍ فكريةٍ عميقة، أدافع عنها باستماتة، فغدوت في مثل عنادها، ولكن بحقّ...
ساد صمتٌ مطبق...
كان لا بدّ لوالديّ من التدخّل في هذه اللحظة لحسم الأمر.

لمحتُ في عيني أبي استياءً من إصرار عمتي، أما أمي فكانت تحاول أن لا تبدي ردة فعلها، لكي لا تُتّهم بأنها وراء الرفض إن حصل.
شعرتُ بتوتّر الأجواء، وكانت نظرةٌ واحدةٌ إلى المشهد تكفيني لأعلم أن هناك أزمةً عائليةً في الأفق، ففضّلتُ أن أتحمّل عبء الموقف، وأجيب:
- عمتي الحبيبة، أعلم أنك تريدين سعادتي، وأنا أشكرك من كلّ قلبي على اهتمامك بي، ولكني أفضّل أن أؤجّل الموضوع حاليًّا... أنا غير مقتنعة به، كما إن لديّ امتحاناتٍ جامعيةً بعد أسبوع، ولا أريد أن أنشغل بأمرٍ لن يتمّ على الأغلب، فاعذريني.
تركتهم مع تلك الكلمات، التي أعقبت صمتًا عميقًا، تبعته بضع عباراتٍ تبادلها والدي مع أخته، أمّن من خلالها على كلامي، وتقبّل امتعاضها الهادئ، بينما راحت والدتي تشكرها على سعيها الدائم لسعادتنا، سواءً أنجحت في ذلك أم لم تنجح. ثم سمعت تبادل القبلات بينهما قبل أن تخرج عمتي على أمل لقاءٍ قريب.
وارتميت على سريري وقد تنازعتني عواطف متناقضة، منعتني عن الردّ على أسئلة زينب المتلاحقة، التي رحمتني لحسن الحظ ولم تلحّ عليّ، إذ لاحظت إرهاقي وانزعاجي، فأجّلت استجوابها لي إلى حينٍ آخر. ثم استأذنتني في إطفاء النور لتنام، فغطيت رأسي بالغطاء في إشارةٍ بالإيجاب، وغرقت في نومٍ وقلقٍ وإعياء، حتى مطلع الفجر.
لم ينتهِ موضوع العريس العتيد عند هذا الحدّ.
أما عندي فقد انتهى، وغرقت في الدرس للامتحانات المقبلة حتى أذنيّ، ولم يكن لديّ من الوقت والجهد ما يمكنني إنفاقه على موضوعٍ محسومٍ بنظري، فمرّت أيام امتحاناتي ولياليها بسلام.
أما عمتي العنيدة فقد وجدت ثغرةً في كلامي نفذت منها، وفهمت آخر كلماتي لها على هواها. فبعد مرور أسبوعين على تلك الليلة المشهودة، قامت بالاتصال بوالدي لتعلمه أن العريس مصرٌّ على التعرف عليّ، بعدما سمع الثناء من عمتي وغيرها من نساء الحيّ، وأنها قد اضطرّت بناءً على إلحاحه وعدم رفضي الكامل أن تضرب له موعدًا قريبًا، طالما أن امتحاناتي في الجامعة قد انتهت، والحمد لله!
لقد حسبتْها بدقّة.. وكان الموعد المضروب بعد آخر يومٍ من الامتحانات بيوم...

أتاني والدي عصرًا يقدّم رجلًا ويؤخّر أخرى، وقد بدت على ملامحه علامات تردّدٍ لم أعرفه فيه، فبادرته أقول بلهفة:
- ماذا هناك يا أبي؟ هل يزعجك شيء؟
أشاح بنظره بعيدًا عني وهو يجيب:
- إنها عمتك مريم، سامحها الله.
ثمّ سرد على مسامعي الحكاية.
كانت ليلتي السابقة ليلة سهرٍ ودرس، وكنت مرهقة ومتعطّشة لساعة نومٍ وراحة، فنظرتُ إليه متوسّلةً دون أن أنبس بحرف، فاشتدّت نظرته وبدا عازمًا على أمر، واستدار ليغادر.
شعرتُ بالذنب؛ ربما غضبت عمتي إن ردّها بجفاء، بل هي ستغضب حتماً، فاستوقفته قائلة:
- أبي، هل تريدني أن أقابله؟
- القرار لك يا ابنتي، فأنت تعرفين مصلحتك جيداً!
- أنا أتحمّل مسؤولية كلامي، لقد أخطأتُ بتأجيل الأمر على تلك الصورة في تلك الليلة، ولو كنتُ حسمتُ الأمر نهائيًّا لما قامت عمتي بمعاودة المحاولة!
- إذن؟!
- سأقابله، ولن أخيّب عمتي، ولن أخيّبك أيضًا يا أبي... ستمرّ الأمور بسلامٍ إن شاء الله... والأهمّ، أني لن أخيّب مولاي صاحب الزمان ﷺ، ولن أختار إلا من يرضاه لي.
تنهّد والدي مرتاحًا وقد انزاح عنه حملٌ ثقيل، ومع أن كلانا كان يعرف نتيجة المقابلة، إلا أنها ستحلّ إشكالًا عائليًّا كان يمكن أن يطرأ، وطالما أنها زيارة تعارفٍ وليست موافقةً على خطبة، وطالما أن الشاب على حدّ قول عمتي "خلوقٌ ومهذّب"، بالإضافة إلى كونه "يصلي ويصوم"، فلا ضير من لقائه، على أن هناك ما ينبغي توضيحه... استوقفت والدي موضحة:
- أخبر عمتي بأنني سأقابله، ولكن عليها أن تفهمه أنها مقابلةٌ فحسب، وليست وعدًا بالخطبة، أو موافقةً مبدئية، أو أي شيءٍ من هذا القبيل!
هزّ والدي رأسه موافقًا وقد ظهر سيماء الارتياح عليه، ممتزجًا بالرضا والفخر، وعلّق بقوله، وهو يبتسم في وجهي بسمةً واثقة:
- لا تخشي شيئًا يا ابنتي، كوني مع الله ولا تبالي.



انتصار عبد مناتي السوداني

على نهر أشدّ بياضاً من اللبن، وأحلى من العسل، يجري من تحت العرش،حصاه الزبرجد والياقوت، وحشيشه الزعفران، ترابه المسك الأذخر.

على فترة من الرسل، وانتهاء الدنيا بعث رجلاً بالصدق مشهوراً، لينقذ العالم من الظلمات ويملأه بالعدل والسلام والسرور. ظلت زهرة النور في الكون تدور حتى تجسدت بشكل حوراء إنسية في بيت الرجل المنصور، بعد أن كانت نوراً معلقاً بالعرش، تسبح وتهلل وتكبر الملك القدوس.

بدأت حياتها بنشر النور المتصل بنور أبيها، وناجت ربها الغفور وهي تسمع نداء الملائكة:

- إنّ الله اصطفاك وطهرك على نساء العالمين.

سمعت التهليل والتكبير من الملائكة التي حولها تدور، كدوران مسبحة الطين بين أناملها التي عجنت خبز الرحمة لمسكين ويتيم وأسير، بعد أن رهن زوجها ملاءتها عند يهودي مقابل صاع من الشعير.

هذه الملاءة التي ترتديها بصلاتها رآها سلمان مرقعة باثنتي عشرة رقعة فبكى قائلاً:

-بنات كسرى يلبسن السندس والحرير، وبنت محمد تلبس ملاءة قد خيطت بخيوط من خوص.

أخذها اليهودي فوضعها في داره، وعند الليل خرجت زوجته لشغل، فرأت نوراً ساطعاً من أحدى غرف الدار، فانصرفت إلى زوجها، فأخبرته أنها رأت ضوءاً عظيماً، فتعجب زوجها..!

دخل الدار فإذا الملاءة تنشر شعاعها، كأنه يشتعل من بدر منير، فتعجب من ذلك!

فأمعن النظر، فعلم أن ذلك النور من ملاءة الحوراء الإنسية.

خرج اليهودي يعدو إلى أقاربه، وزوجته تعدو إلى أقاربها، فاجتمع ثمانون من اليهود، فرأوا ذلك النور!

فأسلموا كلهم جميعاً، وسجدوا لله شكراً؛ لعظمة هذا النور الذي اخترق قلوبهم وطهره من الشرك.

هذا الموقف حصل في عالم الملكوت قبل أن يحصل في عالم الوجود؛ عندما رأى الملائكة نوراً أضاء السموات والأرض، وغشيت أبصارهم من شدته.

فخروا سجداً...

إلهنا وسيدنا ما هذا النور؟!!

فأوحى إليهم؛ هذا نور من نوري، أسكنته في سمائي، خلقته من عظمتي، أخرجه من صلب خاتم أنبيائي، وأخرج من ذلك النور أئمة الهدى.

نور لألاء يملأ الفضاء، ويغمر المكان، ويحيط بالجدران وصارت نساء النبي ترى الأشياء الدقيقة بسهولة، فيغزلن الصوف، وينظمن الإبرة بالليل على نور الزهرة العذراء.

كل من يقترب من زهرة النور يتأثر بشعاعها الملكوتي، ويلهج قلبه قبل لسانه بتسبيح الله وتمجيده لعظمته؛ كما حدث ذلك مع أهل المدينة، عندما ابيضت حيطان بيوتهم ،وثيابهم ووجوههم، عند الفجر ففزعوا إلى رسول الله الأعظم، متسائلين عن سبب هذا النور...؟!

فأخبرهم أن فاطمة قائمة في محرابها تصلي وهي تزهر لأهل السماء كما تزهر النجوم لأهل الأرض.

عجباً...عجباً...!

وهل في السماء ظلام حتى تنيره بنت محمد؟!

هل تضاءل نور الملائكة حتى احتاجت إلى نور مشكاة الله ؟!!

دارت زهرة النور بين مكة والمدينة، وهي تحمل البلوى بلا شكوى، تنصر أباها، وتدافع عن بعلها وبنيها.

تزهر لأمير المؤمنين ثلاث مرات باليوم، لتزيل الهموم وتزيده صبراً وعزماً:

أول النهار تزهر كالشمس الضاحية، وعند الزوال، وعند غروب الشمس.

مرت الأيام وهي تزداد نوراً، حتى يوم رحل أبوها، وحرق دارها، وكسر ضلعها، وأسقط جنينها، فهوت إلى الأرض بعد أن رضّت أجنحتها، وحاصرها ظلام الأعداء، حتى اختنقت من شدة دجى الجور، وفراق الرسول.

زاد نحيبها، واخترق أنينها آذان أهل المدينة كما كان نورها يخترق جدرانهم..!!

ففزعوا إلى أمير المؤمنين، يشكون كثرة الأنين!!

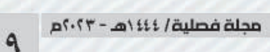
بنى لها بيت الأحزان بعيداً عن أنظار أهل المدينة وأسماعهم حتى لا تخترق أنوارها الجدارن، وتهدأ ضمائرهم وتنام!

فأشجانها الممزوجة بالنور تنشر الأحزان بين ممالك البشر والجان ،على فقد خير الأنام، ناداها ربها، ارجعي إلى ربك راضية مرضية ،وادخلي النور بملكوتي واسكني جنان الكوثر.

طارت زهرة النور فرحاً إلى الملكوت وهي تودع عالم الظلم والجور.

انفرطت قلادة الوجود، وواسطة روح أبيها الدرة البيضاء.

وأزهرت الآخرة بنورها، وأظلمت الدنيا بفراقها، تنتظر خروج ولدها الكوكب الدرّيّ، نور الأصفياء، وغوث الفقراء، عسى أن يخرجها من الظلمات إلى النور، ويعيد لها نور الزهراء.



المؤتمر العلمي السنوي الحادي عشر يشهد مشاركة نسوية فاعلة



تتوهج الآفاق وتتسع، ويستضيء الكون بأسره وتنتشر أشعة الخير بولادة نور الأنوار وسيد الأكوان لتنطلق مع هذه الذكرى العطرة فعاليات المؤتمر العلمي السنوي الحادي عشر تحت شعار (من نور نبينا محمد ﷺ خلق الله كل خير) من رحاب جنة الجوادين عليهما السلام.

إذ أقامت الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة هذا المؤتمر المبارك تحت عنوان: (منهج النبي الخاتم ﷺ حياة وهداية للعالمين) تزامناً مع ولادته الميمونة وتذاكراً لسيرته ومسيرته المشرفة وتخليداً لرسالته الإسلامية السمحاء. وقد تلاقى عدد من فضلاء الحوزة العلمية الشريفة، ووفود العتبات المقدسة والمزارات الشيعية الشريفة، وجمع من الشخصيات العلمية والأكاديمية البارزة، ورؤساء الجامعات العراقية وعمدائها، ومديريات المراكز والمؤسسات البحثية، لإقامة هذه الظاهرة الفكرية والعلمية في رحاب الطهر والقداسة إحياءً لهذا اليوم العظيم.

ونوقش على طاولة البحث أربعون بحثاً من داخل العراق وخارجه، وأبحر الباحثون من خلالها في الفكر المحمدي الأصيل، ومدرسته الرسالية التي قدمت للبشرية أسمى وأفضل منهج للتكامل الإنساني في تهذيب النفس وإصلاحها، وهي الفائدة والأهداف التي نشدها القائمون على المؤتمر.

ومن أجل تسليط الضوء على وقائعه ارتأت أسرة مجلة الجوادين



د. سحر ناجي المشهدي



د.علياء سعيد إبراهيم

د. فرقان مهدي عباس

م.م دنيا جميل البناء

أن تلتقي ببعض الباحثات المشاركات لنتعرف على ملخصات بحوثهن القيّمة ولبيان رأيهن في المؤتمر:

كان أول لقائنا بالباحثة (أ.م.د سحر ناجي المشهدي) من الكلية التربوية المفتوحة/ مركز النجف الأشرف والتي حدثتنا مشكورة عن بحثها الموسوم: (خطاب القرآن لنبينا محمد ﷺ دراسة دلالية)، وقد جاء في ملخصه: لقد حمل الخطاب القرآني لسيدنا محمد ﷺ ألفاظاً وأوصافاً لغوية فريدة ودقيقة، فنجد في كل لفظ معنى دلالياً وبلاغياً مخصوصاً في شخصه الكريم ﷺ، وتنوعت التسميات فجاء بـ (أحمد، محمد ، الرسول ،النبي، المزّمل، المدثر، الأمّي، الرحيم، البشير، النذير، المصطفى، يس، وطه) وقد اختُلِفَ في دلالات كل لفظ، وسُلّط الضوء على دراسة الخطاب القرآني بمختلف تسمياته وأوصافه التي لم ينلها الأنبياء السابقون، وقد توصلت في الخاتمة إلى عدد من النتائج المهمة التي أثرت البحث بإضافات جديدة ومتنوعة.

والتقينا أيضاً بالباحثة (د.علياء سعيد إبراهيم) من العتبة العلوية المقدسة/ شعبة المكتبة والإصدارات، وكان بحثها بعنوان: (دور الرسول في تحقيق التعايش السلمي مع الطوائف الأخرى)، وتحدثت في ملخصه قائلة: لقد بُعث رسول الله ﷺ في مجتمع تعددت فيه الأجناس والقوميات والأديان، وكان من ضمن الأعمال المكلف بها ﷺ هو تحقيق المحبة والألفة والتعايش السلمي بين الناس كافة، فكان له دور كبير في تحقيق هذا الهدف بما بثه من المبادئ والأخلاق الإسلامية السامية التي حثّ عليها الإسلام وتضمنتها رسالته السمحاء وفي مقدمتها التسامح. وعلى هذا الأساس المتين بنى ﷺ دولته الإسلامية العظيمة، ونجح في توطيد التعايش السلمي بين أفرادها.

كما التقينا بالباحثة (د. فرقان مهدي عباس) من العتبة العلوية المقدسة/ شعبة المكتبة والإصدارات، والتي أتحفتنا ببحثها الذي حمل عنوان: (الصورة الفنية في خطب الرسول ﷺ وأبعادها البلاغية)، والذي لخصته بقولها: إنّ الصورة الفنية في خطب الرسول ﷺ تجمع بين جمالِ التعبير وعمقِ المعنى وتأثيره في جميع المتلقين. ولقد جاءت الألفاظ في خطبه ﷺ صافيةً ونقية وعذبة وسهلة, وخالية من الغريب والمستكره، وتمتاز عباراتها وتراكيبها بالجزالة والقوة والوضوح ويعود الفضل في ذلك إلى الحبيب المصطفى ﷺ الذي أودع الله سبحانه وتعالى سر الفصاحة والبيان في لسانه الكريم ﷺ ولهذا جاءت أقواله ممثلة للبلاغة الإنسانية في قمةِ بيانها.

أما الباحثة (م.م دنيا جميل البناء) من العتبة الكاظمية المقدسة/ مركز القرآن الكريم، فقد أدلت بدلوها في هذا المؤتمر ببحثها الموسوم: (شبهات المستشرق جولدتسيهر في كتابه العقيدة والشريعة في الإسلام..عرض ونقد). جاء في المبحث الأول الكلام عن الشبهات التي قدمها جولدتسيهر في النبي ﷺ، بينما عُقد المبحث الثاني للرد على شبهاته التي عرضها في القرآن الكريم. أما المبحث الثالث، فقد نوقش فيه الشبهات التي وجهها على الإسلام، وقد جاءت الخاتمة بعدد من التوصيات، ومنها ضرورة التصدي لكتاب العقيدة والشريعة في الإسلام وتفنيد شبهاته بالدليل العقلي.



وأضافت قائلة: لا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر الجزيل لكل من أتاح الفرصة للكتابة حول هذه الموضوعات المهمة التي تخص شخصية الرسول الكريم ﷺ ورسالته السمحاء والدفاع عن دينه الإسلامي الحنيف.

وقد اختتمت فعاليات المؤتمر برفع عدد من التوصيات المهمة ألقاها على مسامع الحاضرين عضو اللجنة التحضيرية للمؤتمر العلمي فضيلة الشيخ (عماد الكاظمي)، والذي أكدّ بقوله: إن المشاركات في هذا العام ستسهم في تطوير المشروع الفكري والثقافي، وستأخذ هذه البحوث القيّمة وهذه الجهود الكريمة مجالها العملي والنظري في المجتمع بإذنه تعالى.

كما وُزعت الشهادات التقديرية والدروع والهدايا على اللجان المختلفة التي أسهمت في نجاح المؤتمر وعلى الباحثين والجامعات والمؤسسات والمراكز البحثية التي يعمل فيها الباحثون المشاركون.

وضمن النشاطات المتزامنة مع إقامة المؤتمر افتُتح معرض الكتاب الدولي بنسخته الثامنة والذي استمر لمدة ١٠ أيام. وتميز في هذا الموسم بالتنظيم والتنوع والعناوين الجديدة التي أثرت الساحة العلمية والمعرفية حيث شاركت (٢٨) دار نشر عربية وإسلامية فضلاً عن مشاركة العتبات المقدسة العلوية والحسينية والكاظمية والرضوية والعسكرية والعباسية والمزارات الشريفة.

كما انطلق في رحاب الكاظمين القدسية المهرجان الشعري بموسمه الثامن الذي أقامته الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة تزامناً مع فعاليات المؤتمر وتحت شعار: (قَوَافٍ وَلائية في منهج سَيِّد البرية)، الذي يوفر فرصة طيبة للشعراء والأقلام العربية والإسلامية بأن يحلقوا في ميدان الشعر والأدب ويسهموا برفيف نبضات قلوبهم بأروع ما تجود به خلجاتهم من عذب الكلام في هذا الملتقى الأدبي، ويعبروا من خلال قصائدهم التي بلغ عددها (٢٣) قصيدة، بالموروث الشامخ للرسول الأكرم والأئمة الأطهار ﷺ.

إقامة دورة اللغة الفارسية للخادمات في شعبة الشؤون النسوية



ضمن اهتمام الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة متمثلة بأمينها العام خادم الإمامين الكاظمين الجوادين عليهما السلام الدكتور (حيدر حسن الشمّري)، في إدخال مفاهيم وبرامج جديدة في تنمية الموارد البشرية والحرص على تطوير القدرات الذاتية والأنشطة المعرفية والثقافية لخدّام العتبة المقدسة والارتقاء بمستويات الأداء المهني، نظّم قسم العلاقات العامة/ وحدة التأهيل والتدريب دورة في تعليم أسس اللغة الفارسية وقواعدها لملاكات شعبة الشؤون النسوية.

وتضمن منهاج الدورة التي قدمها الدكتور (كاظم محسن) دروساً في المبادئ الأساسية لتطوير مهارات القراءة الصحيحة، وتعلّم الكتابة وإتقان المحادثة في لغات الزوار من غير العرب.

وتهدف هذه الدورة إلى تعزيز القدرات اللغوية وسبل التفاهم والتواصل مع الزائرات المواليات لأئمة أهل البيت عليهم السلام القادمات من جمهورية إيران الإسلامية اللواتي يتوافدن إلى رحاب الصحن الكاظمي الشريف على مدار العام ليتسنى مساعدتهن وفهمهن وتقديم العون لهن.

من الجدير بالذكر أن الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة مستمرة في إقامة الدورات اللغوية، إيماناً منها بضرورة أن يجيد العاملون في العتبة المقدسة التحدث بها ولو بشكل بسيط ليسهم ذلك في انسيابية التعامل مع الزائرين والزائرات الكريمات.

قيمومة الرجل على المرأة تكريم وعدالة

رملة الخزاعي/ النجف الأشرف

عندما جاء الإسلام أكرم المرأة وأعزها، وكفل لها جميع حقوقها وحدد لها واجباتها، بعدما كانت تعاني من ظلم واضطهاد وحرمان، فأعطاها الإسلام الحرية والعدل. كانت المرأة قبل الإسلام لا تحظى بالاستقلال والحرية بل كانت تحتقر، بل تدفن وهي حية.

كانت المرأة لا تملك حقاً في تقرير مصيرها، ولا حرية في التعبير عن إنسانيتها، وإنما كان مصيرها متقرراً في ضوء عادات منحرفة وقيم بالية، وبلغ الأمر أن الأقوام الجاهلية كانوا يعتبرون الأنثى أسوأ شيء يبشرون به[1].

ويلاحظ بوضوح ارتكاب أفظع جناية بذريعة الدفاع عن الشرف، فكانت النتيجة ظهور بدعة وأد البنات القبيحة وانتشارها بين جمع منهم حتى أصبحت سنّة جاهلية[2].

وعندما نزل القرآن الكريم أسس أساساً متيناً لقواعد ضَمِنَ من خلالها حقوق المرأة الإنسانية كاملة فجعلها شريكة للرجل في الحياة، قال تعالى: (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ).

فالإسلام ساوى الرجل والمرأة في الإنسانية، مؤكداً على وحدة النوع، فهما بالإنسانية سواء. قال تعالى: (لَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ).

فالرجل والمرأة متساويان في التكريم على سائر الكائنات، قال تعالى: (وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً)، وبهذا تكون المرأة كالرجل أهلاً لكل أسباب التكريم.

لكن القرآن جعل للمرأة مكانة ووظيفة، وجعل للرجل مكانة ووظيفة. فالمرأة تساوي الرجل في المكانة، ولكن تختلف معه في الوظيفة.

والاختلاف في الوظائف لا يعني أن هناك انتقاصاً وتحقيراً للمرأة، فمثلاً القيمومة جعلها الله تعالى للرجل على المرأة، وذلك ليس مجافاة لشأن المرأة، وإنما لحفظ الأسرة وصيانتها من التمزق، فإن المرأة أعدتها الحكمة الإلهية للعمل والولادة وإدارة شؤون البيت، وليس لها القدرة على السيطرة على الأبناء، فهي تذوب أمامهم بحكم عاطفتها فلا تتمكن من حفظهم من الشذوذ والانحراف.

فالقوامة تعني سلامة الأسرة والحفاظ عليها بأنه أقوى من المرأة وأشدّ مراساً وتكويناً منها، فلذا جعلت له هذه المكانة[3].

فالقوامة ليست انتقاصاً من شأن المرأة، لكنه أمر لا يتناسب مع تكوينها النفسي والجسدي، فرعاية لحالها جعل الله تعالى القوامة للرجل.

من جانب آخر نرى القرآن الكريم يوصي بالمرأة ويحث على إكرامها وبرّها. قال تعالى: (وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ). إذن نحن لا نجد في القرآن خطأً فكرياً يفضل في المسؤولية وفي نتائجها رجلاً على امرأة، إلا مقياس التفاضل والارتقاء الذي يضعه القرآن مقياس علم للنوع الإنساني يشمل المرأة والرجل على حد سواء، ومن ثم فإن الاختلاف ليس اختلافاً في القيمة الإنسانية بل في العمل، بل الإسلام أكرم المرأة واحترمها ومنحها حقوقها كاملة وحرم وأد البنات، وأعطاها حقها في الميراث وأخذ بشهادتها أمام القضاء وجعل لها حقاً في التعليم وجعله فريضة عليها كما جعله فريضة على الرجل، وجعل الرجل قيّماً عليها من أجل مساندتها والوقوف إلى جانبها كونها مخلوقاً رقيقاً فمن أجل الحفاظ عليها جعل الرجل قيمّاً عليها.

إذن المرأة لن تسعد ولن تهنأ ولم تحقق ذاتها ولم تشعر بعزتها وكرامتها إلا في ظلّ القانون الإسلامي.

١- المرأة في الجاهلية والإسلام، شمس الدين، ص ١٣.

٢- تفسير الأمثل الشيرازي، ج ١، ص ٢٢٠.

٣- المرأة في رحاب الإسلام، القرشي، ص ٧٢.



مفاتيح التنفيس الانفعالي للأم العراقية

عبير المنظور

الأم العراقية ليست ككل الأمهات في العالم؛ متفردة في صبرها وتحملها وعطائها، مترعة بالتعب ومملوءة بالهموم ومتشبعة بالضغوطات، فهي تتحمل مسؤوليات أكثر من طاقتها لأجل سعادة أسرتها وراحتها، فما بين واجبات الزوجية والأولاد والعمل داخل المنزل وخارجه تتشتت طاقة الأم العراقية وتدخل في معركة شرسة مع الوقت لإكمال مهامها الأسرية على حساب صحتها واستقرارها النفسي مما يسبب لها الكثير من الضغوطات النفسية والعصبية خاصة إذا كان محيط أسرتها لا يقدر تعبها ويطلب المزيد.

وفي ظل هذا الضغط الدائم يجب على الأم العراقية أن تعمل على تخفيف تلك الضغوطات بنفسها وتشجع نفسها وتقاوم مصاعب الحياة، فلا يمكن لعمود الأسرة أن يبدو منكسراً أو متضعضعاً لأنه -وبلا مبالغة- جميع أفراد الأسرة يستمدون قوتهم من الأم ويستقون عزيمتهم من ثباتها، وفقاً لظروفنا وأعرافنا الاجتماعية التي تصعب على الأم مراجعة الإرشاد النفسي أو ترميم تصدعات نفسيتها والتخفيف من تراكماتها. على الأم العراقية أن تداوي جرحها بنفسها لأنها أن طلبت المعونة أو المساعدة لا يعتبر ذلك تذمراً أو شكوى، فتضطر لأن تتسلل بهدوء إلى أعماق نفسها وتمدّ يد العون إليها وتنتشلها من انكساراتها عن طريق ما يسمى بالتنفيس الانفعالي أو التطهير الانفعالي CATHARSIS، و"يقصد به التنفيس عن المواد والخبرات المشحونة انفعالياً، ويتضمن تفريغ العميل ما بنفسه من انفعالاته، أي إنه يمثل تطهيراً للشحنات الانفعالية، وتفريغاً للحمولة النفسية" . أي بعبارة أخرى هو تبديد الطاقة السلبية وتفريغها وإدارة الضغوطات بإيجابية وكيفية التأقلم معها وحلّها، ويتم ذلك عن طريق عدة مفاتيح مهمة كمهارات نفسية لتجاوز الأزمات والضغوط ومنها: قراءة القرآن الكريم أو الاستماع إليه، التكلم عن المشكلات النفسية بكونها فضفضة لأحد المقربين أو المتخصصين، الكتابة، الحركة البدنية والخروج لتغيير الجو، ممارسة الرياضة، الاستماع للموسيقى الهادئة، ممارسة الهوايات وتطويرها، ومجالسة الأشخاص الإيجابيين وتجنب الأشخاص السلبيين والمثبّطين.

وبالنهاية لا أحد يهتم بك إلا أنتِ، أن لم تكن شجاعاً بما يكفي لتزيل همومك، فلا تنتظر من الآخرين التربيت على كتفيك.



دور المرأة المجتمعي

في ظل مواقع التواصل الاجتماعي

د. خديجة حسن علي القصير

تعتبر الأسرة مؤسسة اجتماعية، لأنها النواة الأولى للمجتمع، وأول محطة تنشئة اجتماعية لأفرادها، وهي حجر الزاوية في أي بناء اجتماعي؛ باعتبارها نقطة الارتكاز التي ترتكز عليها كل مؤسسات المجتمع المختلفة، وهي الإطار العام الذي يحدد تصرفات أفرادها؛ باعتبارها مصدر العادات، والقيم، والتقاليد، وقواعد السلوك، والآداب العامة، وهي أصغر أحجام المؤسسات، والمنظمات الاجتماعية الأخرى، والمحافظة على وضعها كياناً دائماً مستمراً، وذلك من خلال تحقيق الدوافع الطبيعية والاجتماعية، استمراراً للحياة، وبقاء النوع، وتحقيق غاية الوجود، والالتزام بالقواعد التنظيمية القانونية، والاجتماعية، والثقافية، والاقتصادية؛ لتثبيت وحدتها وعالميتها، فهي توجد في كل المجتمعات الإنسانية[1]. كما وتسهم في غرس القيم الدينية والمعايير الأخلاقية وإكساب العادات والتقاليد الاجتماعية، وإشباع الحاجات الأساسية للأطفال بحدود الإمكان، وتوفير الدعم المادي اللازم لسد الاحتياجات، والضبط الاجتماعي، والرقابة غير الرسمية، مما يعين الأعضاء على التكيف مع مجتمعهم.

فما هو دور المرأة في الحفاظ على أسرتها وأبنائها في ظل الإقبال الواسع على مواقع التواصل؟

لا يخفى علينا أن أهمية مواقع التواصل الاجتماعي تكمن في أنها تـــوفر حالة مـــن الغنى بالمعلومات، تمـــنح المستخدمين فرصة لتبني أفكاراً جديدة غير واردة في خاطره، وكذلك عرض أفكاره على الآخرين، كما وفرت هذه المواقع الاجتماعية التفاعلية للشباب (في إطار الثورة المعلوماتية) فرصـــة للتواصل، وتبادل الأفكار، وهذا سوف يجعل أبناءنا في خطر خوفاً عليهم مما يوجد في هذه المواقع من أفكار ومعلومات قد تؤثر في كيان الفرد وتؤدي إلى تغيير في سلوكياته، ولما كان أبناؤنا هم قـادة المجتمع في المستقبل، فهنا يكمن دور الأم والأسرة بشكل كبير في تقنين هذه الوسائل التي يعتمدها الفرد والحرص الشديد على المتابعة مع الأبناء عند ولوجهم إلى شبكات التواصل المختلفة وتأكيد على استخدامها إيجابياً والحرص على اكتساب القيم والمعتقدات والعادات والاتجاهات الصحيحة، فيظهر هنا دور الأسرة في التأثير في الأبناء من خلال التوجيه والإرشاد والتذكير بقيم المجتمع والالتزام بمعاييره الأساسية في طريقة التفكير والسلوك والعمل التي تمثل انعكاساً لمستوى الأسرة الاجتماعي في المجتمع بطريقة تربيتها وتنشئتها لأبنائها من حيث الالتزام والطاعة واحترام القوانين الاجتماعية والدينية التي ينص عليها مجتمع ما.

١- محوش عبد الحميد، وبرو محمد، الاتصال والتواصل الأسري قديماً وحديثاً، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، ٢٠١٣، ص ١٠.



سكينة الروح

دلال العطار/ لبنان

قال الله سبحانه وتعالى في محكم كتابه: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذلك لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ الروم: ٢١

تحدّث القرآن الكريم عن أسس الحياة الزوجية وأهدافها، وهل المطلوب في نجاح الأسرة هي السكينة والروح؟

إن الزواج يعتبر آية من آيات الله، كوجود الشمس وكوجود السماء والأرض، لماذا يعتبر الزواج آية من آياته؟

لأنّ كلا الطرفين من خلال بيت الزوجية يجسدان القيم الفطرية، الإنسان بفطرته يميل إلى الحب، إلى الرحمة، إلى السكينة، كل هذه القيم الفطرية يجسدها الإنسان من خلال بيت الزوجية، إذن بيت الزوجية تجسيد للجوهر الإنساني الفطري، ولذلك اعتبره القرآن آية من آيات الله.

وأيضاً السكينة هي غاية من غايات الزواج الفعلي للمرأة لأنها المديرة والمدبرة الأولى لهذه الأسرة، ولأجل هذه العلاقة الزوجية عليها تكون ساعية دائماً وابداً لتحقيق السكينة والاستقرار في بيتها الزوجي. إذن السكينة هي دعم للاستقرار العاطفي بين الطرفين. جاء رجل إلى رسول الله ﷺ، قال: يا رسول الله إن لي زوجة إذا دخلت استقبلتني، وإذا خرجت شيعتني، وإذا رأتني مهموماً قالت: ما يهمك! إن كنت تهتم لرزقك فغيرك يكفله، وإن كنت تهتم لآخرتك فزادك الله همّاً، فقال الرسول الأكرم ﷺ: (بشِّرها بالجنة، وقل لها إنك عاملة من عمال الله ولك في كل يوم أجر سبعين شهيداً)، هذا بالنسبة لمحبة المرأة للرجل.

وأيضاً هناك قواعد وأسس للبيت الزوجي علينا أن نلتفت إليها؛ من أهمها تأمين السكينة النفسية والسكينة العقلية والسكينة الجسدية لكي نؤدي مبتغانا من هذه الأسرة السليمة. ومن مظاهر السكينة أولاً تأمين كل ما يلزم بدءاً بالعلاقة الخاصة بين الزوجين حتى يشكل للزوج الاستقرار النفسي والجسدي. عن الإمام الصادق عليه السلام: (لا غنى بالزوجة فيما بينها وبين زوجها الموافق لها عن ثلاث خصال وهن:

١: صيانة نفسها عن كل دنس حتى يطمئن قلبه إلى الثقة بها في حال المحبوب والمكروه.

٢: وحياطة ليكون ذلك عاطفاً عليها عند زلة تكون منها.

٣: وإظهار العشق له بالخلابة، والهيئة الحسنة لها في عينه).

إذن على المرأة أن تصون نفسها وأن تتسم بالعفة حتى يطمئن قلب زوجها وأيضاً إحاطته ليكون عاطفاً عليها عند زلة تكون منها، والأهم أيضاً إظهار العشق له بالهيئة الحسنة لها في عينه.

ومن الأمور المهمة لعوامل السكينة للبيت وللأسرة السليمة والمتوازنة النظام الجيد والمتناسب الذي يعمّ للبيت وللأسرة. أيضاً من عوامل السكينة للبيت الزوجي والأسرة السليمة والمتوازنة النظام الجيد للبيت والمتناسب الذي يعمّ المنزل واحتياجاته واحتياجات كل أفراده، وهي من الأمور التي تسهم مساهمة في إظهار الترتيب والنظافة في المنزل. وهذا من الأمور التي تجعل الرجل يميل ميلاً كبيراً. كما إننا ننظف المنزل من الصراخ والمشاكل ومن الأمور التي تدعو إلى عدم الاستراحة النفسية أيضاً علينا أن ننظف البيت ونرتبه في الأمور المادية التي تكون موجودة بين أيدينا، ومن الأمور التي تسهم في السكينة والاستقرار عدم إثارة المشكلات بين الزوجين والسعي إلى حلها باللين والتحاور، وعدم نشرها للعائلة أو الأهل الزوج أو لأهل الزوجة ولا حتى للأصدقاء مهما كانوا مقربين، ولا للجيران. فمن الأيسر لحل الأمور ولتأمين الاستقرار والسكينة أن نبقي مشاكلنا فيما بيننا ونسعى لحلها بالحوار والتفاهم والتصالح والتنازل، وعدم ترك الأمور إلى أن تتراكم لأنه تراكمت الأمور كلما أصبح حلها أصعب.

ونختم الحديث بالمسك والعنبر عن الرسول محمد ﷺ: (العقل ما عبد به الرحمن واكتسب به الجنان)، العقل الصحيح هو الذي يستثمر عالم المادة للوصول إلى ارتقاء الروح وسمو النفس، هذا هو العقل ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ، وَلَا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾، وهكذا كان علي وفاطمة عليهما السلام.

أسرة علي وفاطمة أسرة أخرجت الأفذاذ والعمالقة، أخرجت الأقوياء والأبطال، من الآباء إلى الأبناء إلى الأحفاد، البطولة تتجلى في أفعالهم وتشرق في أقوالهم.



العناد دمار للمحبة

د. خولة القزويني/ الكويت

❖ إن من أهم أسرار الناجحين في العالم أنهم يتصفون بالمرونة والتكيف مع متغيرات الحياة.

٢- والإنسان المرن يتصف بالحكمة والعقلانية والتغاضي عن بعض العثرات وعبورها نحو ضفة السلام.

❖ وأكثر ما نحتاجه في حياتنا الزوجية هو التخلي عن العناد واتخاذ المرونة في المواقف.

❖ فشريك الحياة العنيد والمتصلب ربما يجعل الطرف الآخر يتخذ من العند طريقاً للمواجهة فيشدّ حبل العند ويشدّ الآخر أيضاً فينقطع حينها حبل المودة.

❖ في العناد تتحطم القلوب ويحل الدمار في الأسرة، وربما يقع الأولاد ضحية لعناد الزوجين.

❖ الشريك العنيد أغمض عينيه عن الواقع الذي يتطلب التغاضي والمرونة واتبع هوى نفسه فأفسد المحبة بينه وبين شريكه الآخر.

❖ يفترض إذا عاند أحد الشريكين أن يلين الآخر، ويعوّل على المرأة باعتبارها الكيان المفعم بالإحساس والعاطفة أن ترخي من طرفها الحبل وتستميل بلطفها وحنانها جانب الزوج العنيد ليلين بعض الشيء.

❖ العناد مطرقة تهدم بيت الزوجية يوماً بعد يوم وكم من مواقف عناد انتهت إلى الطلاق.

❖ الشخص العنيد شخص جاهل، أحمق لم يترك للسماحة والعفو طريقاً لإصلاح الأمور، فهو يسمع صوته فقط حتى ركب رأسه وكسر قلب شريكه الآخر.

❖ يجب أن تترك أيها الشريك العنيد مساحة لتتحاور مع شريك حياتك وأن تسمع وجهة نظره وتفند رأيه قبل ان تحكم عليه حكماً قاطعاً وتتخذ العند درعاً تحتمي به.

❖ فكر بالأولاد... فكري بالأسرة كيف ستعيش مع طرفين عنيدين؟ فحتما ستضطرب سفينة الأسرة في بحر هائج من المشاكسات والعناد فينعدم حينها الشعور بالأمان والاستقرار.

الأبناء والسلوكيات المنسية



د. زينب القصير

كلّ منا يريد أن يرى طفله يضمّ في داخله الكثير من القيم والعادات والسلوكيات الإيجابية التي تدفعه إلى احترام الآخر وتقبله، لكن بالمقابل نحن غير مراعين لعملية اكتساب الطفل لهذه القيم والعادات التي نتمنى وجودها في شخصيته متناسين أن الطفل إنما هو صفحة بيضاء تكتسب كل ما يكتب عليها سواء كان إيجابياً أو سلبياً، فنحن عندما نطمح في أن يتحلى الطفل بعادات إيجابية كهذه لا بد أن نسال أنفسنا هل كان لنا دورٌ في اكتسابه للعادات التي يتصف بها؟ فإذا أردناه أن يتمتع سلوكيات كهذه لا بد لنا من أن نلقنه العديد من العادات الإيجابية. هنا يبرز دور الأم في غرس السلوكيات هذه في نفس الطفل التي تعدّ هي الأساس في تعلم الطفل الأخلاق الحميدة. لكن أغلب الأمهات تتناساها أو تتغاضى عنها فيتصرف الطفل بسلوك غير مقبول، ويستمر لديه لاعتقاده أنه السلوك الصحيح، ذلك لعدم اهتمام الأم بهذا الجانب وعدم تعديلها للسلوك أو ردعها. ومن السلوكيات التي يجب أن لا يتحلى بها الطفل هي تعليم الطفل عدم شكر المقابل عند تقديم شيء له أو مساعدة ما، فقول كلمة (شكراً) للأشخاص الذين يقدمون له المساعدة أو يهتمون به هذا كفيل بأن يغرس سلوك الاحترام والمحبة في نفسه، كذلك تعليمه ثقافة الاعتذار عندما ينتج منه سلوك خاطئ، مع العلم أن أغلب الأمهات ترفض سياسة اعتذار الأبن وتبرر عدم معرفته وصغر سنه السبب ناسيةً أن تعليم الطفل على هذه السياسة منذ الصغر يساعده في اكتساب ثقافة الاعتذار دون الحاجة إلى بذل المزيد من الجهد في الكبر. فأغلب الدراسات النفسية المتخصصة في شخصية الطفل تجد أن اتباع أسلوب الاعتذار بدل العقاب تعد الأفضل في التربية لكونها تقوم على أساس معاملة الطفل بالطرق الصحيحة والسماح له باكتشاف أخطائه شخصيا من السلوكيات غير المحببة أن يتعلمها الطفل أيضاً هي قطع حديث الآخرين، فغالبية الأطفال يحبون أن يجذبوا الانتباه لهم من خلال مقاطعتهم للآخرين. وهنا يبرز دور الأم في تعليمهم عدم قطع الحديث إلا إذا كان لديه شيء ضروري. وتعليم الطفل على هذه الخصلة امرٌ صعبٌ لذا على الأم هنا أن تكون مستمعة جيدة، وبهذا الشكل يتعلم الطفل الإنصات والاستماع خصوصاً في السنين الأولى من حياته إذ يكون مقلداً لأبويه وكذلك من السلوكيات الخاطئة نرى بعض الأحيان أن الكثير من النساء يعلّق أطفالهم على كلام الآخرين بشكل غير لائق، فهنا لا بد من تعليم الطفل حتى وإن كان في مراحله الأولى والابتعاد عن السخرية من الآخرين لأي سبب كان، فتجاهل الأم لهذا السلوك الخاطئ بسبب صغر سنه وعدم نضجه ينتج عنه أن تطور السلوك الخاطئ إلى الأسوأ مع مرور الوقت. فلا بد للأم في هذا المضمار أن تبين مدى بشاعة شعور سخريته من الآخرين حتى يمتنع عن تكراره دون تنبيه الطفل لخطأ هذا التصرف وعدم تكراره، فبهذه الحالة يصبح في الطفل الدافع ليكون أكثر تهذيباً عندما يكبر، وليس فقط في مرحلة الطفولة، لأن هذا الشعور سينغرس فيه حتى عند نضجه. ومن السلوكيات الأخرى التي لا بد وأن تعمل على تعديلها في نفس الطفل، عدم استراق السمع على الآخرين، وطرق الباب عند الدخول، كل هذه السلوكيات تعزز التصرف الإيجابي السليم بروح الطفل وتهيئه وتعلمه أن يحيا بسلوكيات صحيحة.



أبجديات التفوق في الدنيا والآخرة

عامر عزيز الأنباري

يبدو أن الفشل أخذ ينتزع منا كل شيء شيئاً فشيئاً! فلم يبق أمامنا خيار سوى السعي نحو النجاح من جديد. ولكن - وقبل كل شيء- لنتساءل أيكون من الأفضل لنا أن نكتفي بالنجاح أم أن نكون متفوقين على غيرنا في مستوى النجاح؟ وما هي أبجديات هذا التفوق؟ وهل أن نجاحنا وتميزنا في مجالات الحياة المختلفة ينبغي أن تكون له مساحة أكبر ليصبح بوابةً لنجاحنا وتميزنا في عالم الآخرة؟

(وما نيل المطالب بالتمني)

الجميع يتمنى الأفضل، ولكن كما يقال (وما نيل المطالب بالتمني). إننا اليوم نكابد مشاعر الألم والحسرة لما أصبحنا عليه من تردٍ في الواقع قياساً لما بلغته شعوب وأمم تتسابق في تفوقها، وهو مما لا نلام عليه، ولكن ما قيمة تلك المشاعر التي لا تقدمنا خطوة نحو الأمام؟

لنبدأ بالإجابة عن سؤالنا الأول بمثال بسيط، فحينما يدخل طلبة الفصل الواحد إلى قاعة الامتحان، نرى أن معظم الطلبة يتمنون النجاح في الاختبار وبضمنهم الكسالى بالطبع، ولكن من بين الطلبة ثمة من لا يكتفي بالنجاح، بل يريد الحصول على درجة ١٠٠ بالمئة، ولكن كيف ستكون النتائج؟ بلا شك فإن من يتمنى النجاح من الكسالى سيكونون في مقدمة الفاشلين، وربما يكون عدد ممن يتمنون النجاح بدرجة متوسط في عداد الفاشلين أيضاً، بينما يبقى من يطمحون إلى القمة في التفوق بعيدين كل البعد عن الفشل.

أحباء الله هم المميزون دوماً

هنالك من يستغرب مما ذكرناه أول القول من ارتباط نجاح الدنيا بالآخرة، فهو برأيه أن الدين وعالم الآخرة لا علاقة لهما بالنجاح أو الإخفاق في عالم الدنيا. فالدين – في نظرهم- يدعو إلى كسب الآخرة، أما الدنيا فلا قيمة لها في نظر الدين! وهذا كلام يردّ عليه حقيقة، فالله تعالى لم يجعل الحياة نزهة يتمتع بها الظلمة والكافرون ممن لا دين لهم ويشقى بها المؤمنون، كما إنّ الله تعالى مذ خلق الإنسان أراد له أن يكون خليفته في الأرض، فهل أراد لخليفته أن يكون فاشلاً يجلس على قارعة الطريق بلا حراك منتظراً قدوم قطار رحلته إلى الآخرة؟!

هذا ليس منطقياً ولا مقبولاً البتة، أحباء الله هم المميزون والمتفوقون دوماً في الدنيا والآخرة، فالله تبارك وتعالى يأمرنا أن نحيا حياتنا وأن نكون ناجحين، بل ومميزين فيها وننعم بما وهبنا بها من خيرات (قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ)[١]، على ان لا ننسى أنها دار زوال وليست دارنا الحقيقية والأبدية، وأن لا نعشقها فننسى الآخرة.

الإسلام وقواعد الامتياز

الإسلام يضع نصب أعيننا قواعد الامتياز كأفراد ومجتمعات. فعلى سبيل المثال نجده (جل وعلا) يأمرنا أن نتآزر فيما بيننا مبتعدين عن التناحر والخصومات جماعاتٍ وشعوباً وأمماً، فهي تؤدي بنا إلى الفشل والاندحار أمام أعدائنا الذين يريدون بنا شراً قال تعالى: (وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَا تَنَازَعُوا فَتَفْشَلُوا وَتَذْهَبَ رِيحُكُمْ ..)[٢]، لنأت إلى مثال آخر له صلة بتفوقنا في حياتنا الدنيوية ومعايشنا، فهو تعالى يأمرنا أن نكون عادلين صادقين في بيعنا وشرائنا (الإسراء - الآية ٣٥وَأَوْفُوا الْكَيْلَ إِذَا كِلْتُمْ وَزِنُوا بِالْقِسْطَاسِ الْمُسْتَقِيمِ ..)، يقول المصطفى ﷺ (من غشنا فليس منا)[٣]، فالصدق والإنصاف في التعامل مع الناس عند البيع والشراء هو معيار أساسي لكسب رضا الله تعالى، وفي ذات الوقت يؤدي إلى النجاح في العمل، فغالباً ما نجد أن الشركات والمؤسسات الاقتصادية التي تحظى بالنجاح والشهرة هي التي تتميز بالمصداقية والجودة في منتوجاتها. لنأخذ مثالاً آخر من أمثلة التهذيب الديني التي تضع أقدامنا على سلم النجاح في ميادين أعمالنا وشؤوننا الحياتية. قال تعالى: (يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا

١- سورة الأعراف، الآية ٣٢.
٢- سورة الأنفال، الآية ٤٦.
٣- الخلاف، الشيخ الطوسي، ج٦، ص١١٣.

تُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ)[٤]. فالإسراف في الموارد والخيرات يؤدي إلى تبديد النعم وضياعها، وللأسف فقد أصبح الإسراف في مجتمعنا من الظواهر السيئة التي شاعت في المناسبات الاجتماعية واستخداماتنا العامة للموارد البيئية ولمصادر الطاقة دون الالتفات إلى أهميتها القصوى. ولا يخفى ما توليه البلدان المتقدمة اقتصادياً من أهمية في الحفاظ على مواردها الطبيعية ومصادر الطاقة، وهذا يعد سبباً مهماً من أسباب تطورها ونموها، والله تبارك وتعالى يمتدح هذا النوع من السلوك - بعدم الإسراف والاقتصاد- وإن كان يصدر من غير المسلمين (المائدة - الآية ٦٦وَلَوْ أَنَّهُمْ أَقَامُوا التَّوْرَاةَ وَالْإِنْجِيلَ وَمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِمْ مِنْ رَبِّهِمْ لَأَكَلُوا مِنْ فَوْقِهِمْ وَمِنْ تَحْتِ أَرْجُلِهِمْ ۚ مِنْهُمْ أُمَّةٌ مُقْتَصِدَةٌ ..)[٥].

المؤمن لا يمتلك خياراً آخر

معادلة لا ينبغي الإخلال بأحد طرفيها، فالنجاح في هذه الدنيا والتميز في السلوك يمثل جسر العبور إلى نعيم الآخرة. فالمؤمن لا يمتلك خياراً آخر غير النجاح والتفوق، والله عز وجل يشير إلى هذا المعنى (الإسراء - الآية ٧٢ وَمَنْ كَانَ فِي هَٰذِهِ أَعْمَىٰ فَهُوَ فِي الْآخِرَةِ أَعْمَىٰ وَأَضَلُّ سَبِيلًا)، فالخسارة بسوء الأعمال وعدم السعي في هذه الدنيا يعني الخسارة الحتمية في الآخرة. فلا نجاة في الآخرة إلا بتحقيق التفوق بالعمل الصالح في الدنيا، والقرآن يشير إلى أن من لا يحقق ذلك فإنما نصيبه الخسران في الدنيا والآخرة. قال تعالى (الحج - الآية ١١ وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَعْبُدُ اللَّهَ عَلَىٰ حَرْفٍ ۖ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ ۖ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فِتْنَةٌ انْقَلَبَ عَلَىٰ وَجْهِهِ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ ۚ ..).

٤- سورة الأعراف، الآية ٣١.
٥- سورة الحج، الآية ١١.

معايير خاطئة لمعنى النجاح

هنالك من تكون لديه معايير خاطئة لمعنى النجاح والتفوق. فقد يظن أن تفوقه في كسب المال هو ما يجعل منه إنساناً ناجحاً مميزاً دون أن يلتفت إلى أن نجاحه هذا قد يتسبب له بخسائر أكبر لا تجعل لنجاحه في العمل أي قيمة تذكر. فقد يتمكن من الحصول على المال الوفير بانشغاله وانكبابه على العمل والسعي الذي ينسيه كل شيء، دينه وآخرته، وحتى بيته وعياله وتربية أولاده، فهو لا يعير اهتماماً لشيء سوى كسب الأرباح الطائلة. ويتحقق له ذلك ولكن على حساب ماذا؟ على حساب آخرته! وكذلك على حساب حياته الشخصية والعائلية. لقد ربح المال الوفير، ولكنه خسر عائلته بعد أن فشل في تربيتها وفي الحفاظ عليها، فالخسارة هنا أكبر بكثير مما حققه من مطامع.

إنما (الأعمال بخواتيمها)

بلى (الأعمال بخواتيمها)، وإنما النجاح أو الفشل مرهونان بطاعة الله أو معصيته. المتفوقون في الدنيا بصالح الأعمال هم المميزون يوم القيامة والخاسرون المفسدون في الدنيا، وإن ملؤوا الدنيا ضجيجاً. وعلى سبيل المثال، فالإمام الحسين (عليه السلام) لم يتحقق له النصر العسكري وانتهت الواقعة بفاجعة استشهاده (عليه السلام)، لكنه اكتسح الدنيا وامتلك القلوب بمجده الذي لا يضاهى والفتح الذي أحرزه[٦]، وله ما له يوم القيامة من المنزلة العظيمة، فهل هنالك نجاح أو تفوق أعظم من هذا؟ بينما نجد الطغاة، وعلى مر التأريخ، رغم ضجيجهم وانتصاراتهم الوهمية المزعومة، غالباً ما يفتضحون بجرائمهم وبالمجازر التي ارتكبوها، ولا يكون نصيبهم إلا اللعن حتى من قبل أممهم وشعوبهم التي كانت تصفق لهم وتتغنى بأمجادهم

٦- يشير (عليه السلام) إلى هذا الفتح الموعود في إحدى خطبه المأثورة (من يلحق بنا فقد استشهد ومن لم يلحق بنا لم يدرك الفتح).

الزائفة. والمصيبة أن هزائم هؤلاء لا تقتصر عليهم، بل تشمل كل من يلهثون وراءهم ومن يطبلون ويزمرون، وكذلك شعوبهم المقهورة، فأي انتكاس وأي فشل أبشع من ذلك؟

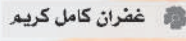
آخر القول

وأخيرا، نقول إن أبجديات التفوق ميسَّرة لنا تماماً بما وهبنا الله تعالى من نعمة الإسلام وإرشادات أئمة أهل البيت (عليهم السلام)، على أن تكون لدينا إرادة وصبر لبلوغ التفوق. والإرادة تتمثل باتخاذ القرار الصائب في اختيار الأهداف الصالحة لبناء الحياة السليمة وتنميتها، مع الإصرار والعزيمة على على تحقيقها، والتحلي بالصبر في تحقيق الأهداف. فالأنبياء والرسل والأوصياء والمصلحون على مرّ التاريخ، كانوا أشدّ الناس صبراً في حمل رسالاتهم، ولم يكن ليكتب لهم النجاح لولا صبرهم على المحن والشدائد، فالنبي محمد ﷺ وهو سيد الأنبياء والرسل، وأجلهم نجاحاً في أداء الرسالة، كان أكثرهم تعرضاً للأذى وأشدهم صبراً على الشدائد. يقول ﷺ: (ما أوذي نبي بمثل ما أوذيت)[٧]، وحتى على مستوى العلماء والمبتكرين، تجد أنهم أشدّ من غيرهم صبراً على تحقيق أهدافهم، ولا تمنعهم كثرة التجارب الفاشلة من معاودة العمل والنجاح[٨].

٧- التفسير الكاشف، محمد جواد مغنية، ج١، ص٢٤٢.
٨- ينقل عن مخترع المصباح الكهربائي الشهير أديسون قوله: (الكثير ممن فشلوا لم يدركوا مدى قربهم من النجاح عندما استسلموا)، (أنا لم استسلم بل وجدت عشرة آلاف طريقة لا يمكن للمصباح الكهربائي العمل بها). المصدر(موقع ويكي اقتباس).

الأجهزة اللوحية تصادر السلطة الأسرية

الأطفال هم الأكثر ضعفاً والأقل مناعةً في هذا العالم المتسارع الخطى الذي تجتاحه الرقميات وتهيمن على سكانه بشكل مهول، بعد أن كبلت حياتهم وعزلتهم عن الأحبة في أحيانٍ كثيرة. والطفل ليس ببعيد عن هذه التأثيرات التي أحدثها تمدّد الإنترنت في الحياة العصرية المعاشة وغليان الثورة الرقمية، إذ اضحى أطفالنا على مرمى حجر من العبث بمقدراتهم الفكرية وكينونتهم الشخصية وانسلاخهم عن تراثهم، كل هذا يحدث وأكثر إذا ما غابت المراقبة الأسرية والسطوة الأبوية الموجهة نحو الرشد والداعمة إلى ترشيد الاستخدام.



غضران كامل كريم

تفكك عرى الحب

تقول د. تغريد حيدر/ أخصائية في مجال علم النفس العيادي والعلاج الزوجي/ لبنان:



هناك تحديات واضحة لواقع التربية في عصر الثورة الرقمية، أبرزها عدم اعتبار الأهل المرجعية الأساسية في هذا المجال، إذ يواجه الآباء صعوبة في ضبط ما يتلقى الأبناء من معلومات مكثفة دخيلة على مجتمعنا المسلم، ومن ثم صعوبة في مواجهة تأثيرها على مستوى المفاهيم والمبادئ الدينية والأخلاقية، مما زاد نسبة السلوكيات غير السوية بين الأطفال والمراهقين.

وتضيف: تؤثر ظاهرة انشغال الأبناء بالأجهزة الرقمية على مستوى التواصل السوي مع آبائهم، حيث يصبح الأبناء أكثر ميلاً للعزلة بسبب هدر الوقت، كما يُظهر معظمهم زيادة في نسبة التوتر وعدم الاحترام خلال الحوار مع الأهل، بالإضافة إلى اللامبالاة وقلة التعاطف مع الأهل والناس عموماً.

مكاسب

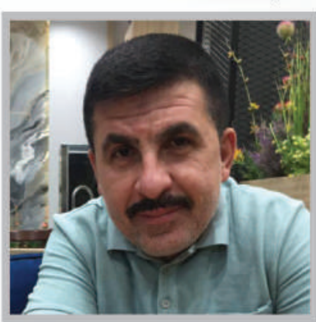
السيدة م.م نور أحمد سلطان حسين/ الجامعة المستنصرية/ كلية العلوم السياحية، تقول: إن ظهور الأجهزة اللوحية الذكية ساعدت الآباء والأمهات في كسب معارف جديدة في طرق التربية، وكذلك السيطرة على



بعض المشكلات النفسية التي يعاني منها الأطفال وطرق حلها بصورة إدراكية واعية، لذلك نجد أغلب

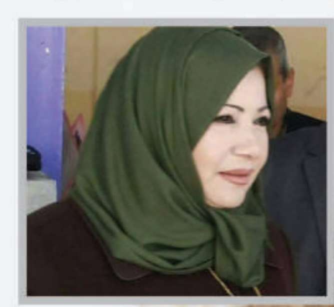
الأمهات التي لم تتعلم أصبحت أمهات متعلمة ومثقفة بسبب التطور الإلكتروني الذي نشهده اليوم.

كذلك يوافقها الرأي السيد أحمد عبد الكريم لعيبي/ موظف في هيئة الإعلام والإتصالات/ وهو أب لولدين، حيث يفصح بالقول: إن الألواح الذكية عملت طفرة نوعية في تربية الطفل، وصحته داخل المنزل؛ رغم وجود الجوانب السلبية التي تفقد سيطرة الأهل عندما تكون الألواح الذكية في أيديهم بلا رقابة ولا تحكم أسري.



غياب القدوة

السيدة سلامة الحسن/ مديرة الإشراف الاختصاصي لمديرية تربية بغداد/ الكرخ الثالثة، تقول:على



الرغم من الأهمية والضرورة لاستخدام الأجهزة اللوحية في حياتنا المعاصرة إلا أن انشغال الأطفال والإفراط في استخدام هذه الأجهزة أصبح مشكلة كبيرة يعاني منها الآباء، ومن ثمّ تؤدي إلى تعلقهم بها والتوحد والانعزال عن آبائهم وعدم التواصل الاجتماعي وعدم الشعور بالراحة إلا مع هذه الأجهزة. لذلك نجد كثير من الآباء عاجزين عن التأثير في أبنائهم من أجل ترك اللعب في الألعاب الإلكترونية والتوجه نحو الدراسة أو نحو عمل مفيد.

وهذا يتطلب من الآباء معالجات، منها: أن يكون الأبوين قدوة لأبنائهم في مجال الاستخدام لهذه الأجهزة، كذلك إعطاء الوقت الكافي لهم والتواصل معهم بدلاً من الانشغال عنهم حتى لا تأخذ تلك الأجهزة دور الآباء، وتكون بديله عنهم، كذلك ضرورة تحديد وقت استخدام تلك الأجهزة، فضلاً عن تبصير الأطفال بالآثار السلبية للاستخدام غير الصحيح لها وما تسببه تلك الأجهزة من آثار ومشاكل في الصحة العقلية والنفسية مثل الاكتئاب والقلق، كذلك لا بد من مراقبة الأطفال خلال فترة استخدامهم لهذه الأجهزة وعدم السماح لهم بتصفح المواقع غير المناسبة لهم والتي تؤثر سلباً في تربيتهم.

الأجهزة بدل الآباء

تقول السيدة رانيا علي الكعبي: علوم إسلامية وفلسفة وباحثة في مجال الطفولة وعلم النفس التربوي وممارس في الدبلوم الأسري: أصبح مشهدًا طبيعيًا أن ترى طفلاً صغيراً ممسكاً بهاتف ذكي أو جهاز لوحي يتعامل معه باحتراف. يلعب به، ويتصفح الإنترنت، ويشاهد مقاطع فيديو ويحمل الألعاب والتطبيقات. ونفرح بهذا ونتفاخر بأن ابننا ذكي فهو يتعامل مع هذه الأجهزة المتقدمة باحتراف ويحفظ ما يسمع ويردده، ولكننا لا نعلم أن لاستخدام الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية مخاطر وأضراراً كثيرة عليه، ومن جميع النواحي.

إذ إن الأطفال يعدون من الفئات المعرضة أكثر للإدمان الإلكتروني وبقوة على الكمبيوتر والإنترنت، كونهم يملكون القدرة على سرعة التعلم والاكتساب لكل ما هو جديد بسبب سرعة النمو العقلي في هذه المرحلة، ويجيدون التعامل معها بسهولة كبيرة، مما يذهل الكبار كما إن الأطفال بحاجة إلى التسلية واللعب، والأجهزة الإلكترونية تشبع نهمهم وفضولهم الكبير كونها متشعبة وكبيرة السعة بالنسبة إلى عدد المواقع وتنوعها والبرامج التي تحتوي عليها، لذا أثرت هذه التقنيات في علاقة الأبناء بالآباء خاصة إذ كان الأهل هم أيضاً مدمنين للأجهزة اللوحية الذكية والإنترنت، ووسائل التواصل الاجتماعي وعدم تخصيص أوقات للعائلة بدون تكنولوجيا مما يعيق التواصل في الحياة الواقعية، وعدم قضاء وقت للمحادثات والتواصل بينهم مما يجعل هناك ضعفاً في لغة حوار بين الآباء والأبناء، وغياب القدوة.

وتضيف السيدة الكعبي: من الجيد أن تحث طفلك على التفكير واختيار الأنسب له وما يساعده في تحقيق أهدافه وتطوير وتحسين نفسه، كما أنه من الضروري أن تعلم طفلك كيف يرتب أولوياته وينظم وقته، وبذلك تضع له الأسس التي سيقوم بمواجهة سلبيات التكنولوجيا على أساسها.

فراشة في عالم البراءة



وسن نوري/ كربلاء المقدسة

براعم ندية، تنشر أريجها في عالم البراءة بعفويةٍ ونقاء..

في طبعها الأنثوي جمال وحيوية، وأحاسيس رقيقة تنساب انسياباً

تصبو إلى من يتفهمها، ويشاطرها ضحكتها.. ألمها.. حزنها.. آمالها..

أحياناً نصدمها بجفائنا وابتعادنا، ونسهو عن دورنا في حفظ هذه الأمانة، فتستغلها نفوس مريضة تخطط بخبث ودهاء، تسمعها أجمل الكلمات، وأرقّ العبارات، لتستميل قلوبها، تمنحها عطفاً ممزوجاً بالمراوغة والمكر حتى توقعها في شباك مسمومة، سعياً لتلويث فطرتها النقية، وقتل كل طهر ونقاء في كيانها الناعم، لتتركها في منزلق خطر، وهاوية لا قرار لها .

فلندع الغفلة يا فتاتي، ولنعلم أن خير ما نتجمل به هو العفة والحياء، فلا تنتظري أن تصنعك كلمات مزيفة وعبارات منمقة تصبو لجعلك ألعوبة بيد الغرباء، وإن شعرت يوماً أن الكّل تخلى عنك، وخذلك فأن الله تعالى لا ولن يتخلى عن المقبلين إليه بقلوب منكسرة راجية لطفه وعنايته فتوكّلي..

وعند لحظات التردد بين العقل والعواطف، تذكري إمام زمانك (عجل الله فرجه الشريف) واطلبي منه عوناً وتسديداً؛ لأنك دوماً تحت رعايته..



شمعتي المتوهجة

دعاء فاضل الربيعي

جاء الليل واشتدّ الظلام وازدادت الأماكن عتمة، نهضت آمنة من مكانها وأوقدت شمعتها البيضاء ووضعتها على الطاولة، وراحت تتأملها وتنظر إلى جمال شكلها وبريق ضيائها الذي انتشر في إنحاء الغرفة.

سرحت آمنة في مخيلتها وراحت تحدث الشمعة قائلة:

يا لك من معطاءة رغم نورك الصغير إلاّ إنكِ تطردين عالماً من الظلمات وتزيحين أستار الأسى وتغمرين الروح بالأمل. نوركِ الوهاج يوحي لي بالأمان ويخبرني أن لا مكان للخوف هنا، يا ترى من تشبهين وأي الاشخاص تمثلين؟

أجابتها الشمعة قائلة: أنا كقلب الأم الرؤوم وكجمال مبسمها الحنون، تذيب نفسها لتنير درب أولادها، تعلمت التضحية والعطاء من كفها المعطاء، وأخذت دروس الوفاء من فؤادها الوضاء، فالأم مصدر الحنان والرعاية والعطاء بلا حدود.

أستطيع أن أضيء ملايين الشموع من شعلتي المتوهجة، ولن يقصر عمري أو يخبو نوري، وكذا الأم فهي بمقدورها أن تمنح أولادها البهجة والسرور وتحيطهم بالرعاية والمودة وتغمرهم بالعطف والاطمئنان دون أن ينقص من عزيمتها شيء.

كيف لا تكون كذلك والجنة تحت قدميها وملجأ الامان في حضنها .

وقد أكدت الروايات وجوب طاعتها ولزوم رعايتها والاعتراف بفضلها.

فعن الإمام زين العابدين (عليه السلام) أنه قال: (وأمّا حقّ أمك أن تعلم أنّها حملتك حيث لا يحمل أحد أحداً، وأطعمتك من ثمرة قلبها ما لا يطعم أحد أحداً، ووقتك بجميع جوارحها، ولم تبالِ أن تجوع وتطعمك، وتعطش وتسقيك، وتعرى وتكسوك، وتضحّي وتظلك، وتهجر النوم لأجلك، ووقتك الحر والبرد لتكون لها، وإنك لا تطيق شكرها إلاّ بعون الله وتوفيقه).



رحلة إلى المكتبة الوطنية

حيدر صباح

ذهبت روان إلى المكتبة الوطنية في بغداد لغرض الاطلاع عليها والتعرف على محتوياتها، فوجدتها نظيفة ومرتبة على الرفوف ومكتوب في أروقة المكتبة (ملاحظة: إن المكتبة مصنفة ومفهرسة).

سألت روان أمينة المكتبة: رجاءً ما هو التصنيف وما هي الفهرسة؟

قالت أمينة المكتبة: التصنيف في المكتبات عبارة عن نظام يتم وفقه ترتيب وترميز مقتنيات المكتبة، سواءً أكانت كتباً أم مواد مسموعة أم مرئية أم ملفات كمبيوتر أم مخطوطات أم أية مواد أخرى، اعتماداً على مواضيعها – يعني مواضيعها المشتركة - حيث يستطيع الباحث الوصول إلى مبتغاه بسهولة ويسر، وإن أشهر أنظمة التصنيف هو تصنيف (ديوي العشري)، ويعدّ هذا التصنيف أول تصنيف يوضع للمكتبات بالمعنى الحديث، وقد وضعه الأمريكي ملفل ديوي وصدرت الطبعة الأولى منه عام ١٨٧٦م في ٤٢ صفحة تحتوي على (١٠٠٠) فرع من فروع المعرفة مرتبة من (٠٠ إلى ٩٩٩)، حيث يعتمد هذا النظام على تقسيم المعرفة البشرية إلى عشرة أقسام رئيسة، ثم يقسم كلّ قسم من هذه الأقسام الرئيسة إلى عشرة أقسام فرعية، ثم يقسم كلّ فرع من هذه الأفرع إلى عشرة تفرعات أصغر، وهكذا، وبهذه الطريقة يمكن أن يستمر التقسيم العشري إلى ما لا نهاية.

روان: وما هي الفهرسة ؟

أمينة المكتبة: الفهرسة نوعان: وصفية وموضوعية، والفهرسة الوصفية أشرحها لك ببساطة: هي التي تهتم بوصف الشكل المادي للكتاب عن طريق مجموعة من البيانات تعطي القارئ صورة مصغرة عنه وتسهل عملية التعرف عليه، مثل عنوان الكتاب واسم المؤلف وغيرها، والفهرسة الموضوعية تعطي رؤوس موضوعات عن محتوى الكتاب.

أما نظام الفهرسة المعتمد في مكتبتنا هو نظام كوها .

روان: وما هو هذا النظام؟

أمينة المكتبة:

كلمة كوها تعني (الهدية) باللغة الماورية لنيوزيلندا، وكوها هو نظام آلي مفتوح المصدر لإدارة أعمال المكتبات يعتمد على متصفح الإنترنت، تم تطوير هذا النظام عن طريق مجموعة من المبرمجين والمصممين والمكتبيين، وقد صُمّم هذا النظام خصيصاً للمكتبات، وهو أول نظام مكتبات متكامل مفتوح المصدر في العالم، بدأ مشروعاً لمكتبة صغيرة في نيوزيلندا، ويتم توزيع نظام كوها تحت مظلة الترخيص العام المجاني للبرامج.

روان: شكراً على كل هذه المعلومات القيّمة فقد استفدت كثيراً منك.

أمينة المكتبة: لا شكر على واجب ونرجو أن تأتي إلى المكتبة باستمرار، لكي تستفيدي أكثر من المعلومات والكتب الموجودة في المكتبة الوطنية.

قطب الوجود

الشيخ الدر العاملي

قِيلَ امْدَحِ الزَّهرَاءَ قُلتُ: كَفَاهَا
مدحاً بِأنَّ رِضا الإلهِ رِضَاها
قِدِّيسةٌ قدْ حَارَ في أوصَافِها
أهلُ العَوالمِ أرضِها وسَماها
سَجَدَ الزَّمانُ عَلى تُرابِ نِعالِها
لينَالَ فخرَ تَعَفُّرٍ بِثراهَا
هيَ سِرُّ سِرِّ النُّورِ نُورِ محمَّدٍ
هيَ غيبُ عِلمِ الغَيبِ دَعْ معناهَا
فُطِمَ الخلائِقُ عَنْ تلمُّسِ ذاتِها
ولِذا الإلهُ بِفاطمٍ سمَّاها



الوحدة بعد سنوات الخدمة

يسرُّ مجلة (زهور الجوادين) أن تمدّ جسور التواصل مع القارئات الكريمات، لتعلن لهنّ عن استقبال الأسئلة حول القضايا الاجتماعية والمشاكل النفسية وأساليب التربية وطرق الاعتناء بالأسرة وتنمية المجتمع، وتضع بعد ذلك الحلول والمعالجات لتلك الهموم بعد عرضها على المتخصصين وأصحاب الشأن، مع الحفاظ على الخصوصية الشخصية لصاحبة السؤال.

الاستشارية دلال عبد فيروز الخزاعي/ مركز الإرشاد الأسري التابع للعتبة الحسينية المقدسة

وصلتنا الرسالة التالية من الأخت المرسلة (ز.ح): السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أنا لي من العمر ستون سنة، أسكن مع زوجي البالغ تسعة وستين في المنزل بمفردنا، بعد عمر طويل قضيناه في تربية أولادنا وخدمتهم، فاليوم نشعر بالفراغ في حياتنا بعد أن شقّ كل واحد من أولادي الخمسة طريقهم في الحياة، بناتي الثلاث تزوجن، ولهن حياتهن الأسرية ومنشغلات مع أزواجهن وأطفالهن، ولدي الكبير تزوج أيضاً واستقل بيتاً آخر، أما ولدي الأصغر فقد سافر إلى خارج البلد لغرض إكمال دراسته، كيف أشغل أوقات فراغي حتى لا أشعر بالملل والوحدة؟

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته..

بعد التوكل على الله تعالى وكسب رضاه والدعاء المستمر لنا ولأولادنا بالهداية والصلاح، نقترح ما يلي:

❖ تقوية الجانب الديني في هذه المرحلة العمرية من خلال الصلوات المستحبة والالتزام بالتسبيحات والختمات القرآنية، لما لهذه العبادات من أهمية في بعث الطاقة الإيجابية في أنفسنا وتخلصنا من الفراغ والتفكير الزائد بأمور الدنيا التي لا تنتهي مطالبها.

❖ تخصيص يوم في الأسبوع لزيارة المراقد المقدسة للأئمة الأطهار (عليهم السلام).

❖ الإسهام في الأعمال الخيرية لكسب الأجر في الدنيا والآخرة.

❖ إقامة برنامج لزيارة الأقارب لما فيه من المنفعة في الدنيا والآخرة، فقد روي عن النبيّ (صلى الله عليه وآله): "صلة الرحم تزيد في العمر وتنفي الفقر".

❖ إقامة برنامج ترفيهي كالذهاب إلى الحدائق العامة أو المشاتل والتمتع بمشاهدة تلك النعم التي أنعم الله بها علينا.

❖ التواصل مع الأولاد وطرح عليهم فكرة الحضور بين فترة وأخرى تتخللها وليمة تجمع العائلة، وهذا ما أكده النبي الأكرم (صلى الله عليه وآله) بقوله: "صل من قطعك... وأحسن إلى من أساء إليك".

❖ التفكر بنعم الله تعالى، ومنها نعمة العافية، وكثرة الدعاء بحسن الخاتمة وللأولاد بالصلاح والهداية.

النرجسية عند الرجل والـمرأة

أ.د. سعاد سبتي الشاوي

النرجسية تعني حب الذات وتظهر صفاتها بمرحلة البلوغ المبكر، وتبدو واضحة بسياق العلاقات الاجتماعية وعلاقات العمل. والنرجسية على أنواع؛ منها النرجسية (الصحية، الصريحة، الهشة، الخبيثة وأخيرا الجسدية). وما زالت أسباب النرجسية غير معروفة، فقد تكون بسبب البيئة والعلاقات الأسرية أو عوامل وراثية وجينية أو عوامل سلوكية وفكرية أو صدمات الطفولة (كالاعتداء الجسدي والجنسي واللفظي).

وتختلف علامات وشدة النرجسية من شخص لآخر، ولكن بصورة عامة يتسم النرجسي بشعور مبالغ به بأهمية الذات وشعوره بأحقيته في التميز عن غيره، وأن يكون محطّ إعجاب باستمرار والاعتراف بتفوقه دون تحقيق إنجازات، والمبالغة باستعراض إنجازاته ومواهبه، والانشغال بأوهام حول النجاح والقوة والجمال، والتقليل من شأن الآخرين الذين ينظرون إليه، وامتثال الآخرين المطلق لرغباته، ويستغل الآخرين للحصول على ما يريد، والتصرف بأسلوب متغطرس، ويبدو عليه الغرور والتفاخر والإصرار للحصول على أفضل الأشياء. كما يجد صعوبة بالتعامل مع أي ما يعدونه نقدًا، وقد ينفد صبره أو ينتابه الغضب عندما لا يتلقى معاملة خاصة ويشعر بالإهانة والاستجابة بالغضب، ويجد صعوبة بضبط مشاعره وسلوكياته ويواجه مشاكل كبيرة بالتعامل مع الضغوط.

وتشير الدراسات أن النرجسية أكثر شيوعاً لدى الرجال مقارنة بالنساء. وهناك عدة تفسيرات لهذا الفرق، فالمرأة معروفة بتفانيها ونكرانها لذاتها في سبيل زوجها وأولادها، وهذه صفة تناقض "النرجسية"، أما الرجال فإنهم متمحورون على ذواتهم ولا يفكرون إلا بأنفسهم، وإن طبيعة الهرمونات في جسم المرأة تدفعها للتصرف بتفانٍ أكثر، فضلاً عن الفروق على الصعيد النفسي. فالنساء أكثر عرضة بنسبة الضعف للإصابة بالقلق والاكتئاب مقارنة بالرجال. وهناك تفسير يبين أن للمجتمع دوراً بتعزيز السلوك النرجسي لدى الرجال. وتثبيطه لدى النساء، اذ يتلقى الذكور منذ الصغر التشجيع عندما يتصرفون بشراسة ويظهرون السلطة، أما الإناث فعادة ما يجري انتقادهن وقمعهن إذا ما أظهرن هذا السلوك.

ونظراً لأن سبب النرجسية غير معروف، فلا توجد طرق أو توصيات للوقاية منها، ولكن هناك بعض الأمور قد تساعد بالوقاية من تطورها كعلاج اضطرابات الصحة النفسية بمرحلة الطفولة بأسرع وقت ممكن، والمشاركة بالعلاج الأسري لتعلم طرق صحية للتعامل مع الاضطرابات العاطفية.

وأخيراً إن علاج النرجسية يتطلب تحسين التعامل مع الآخرين حتى تكون العلاقة أكثر اتزانًا وهدوءًا، وتفهم الأسباب التي تجعله يتعالى على الآخرين، والنظر إليهم نظرة معتدلة وتعليمه كيفية قبول نفسه على طبيعته.

حفظتها وكأنها عيناي التي أرى بهما، ورعيتها بين يدي وكأنها طفلة مدللة، وأحطتها بحمايتي وكأنها درة ثمينة، وأطعتها فكنت كالعصا السحرية التي تنفذ كل طلباتها، فهي وديعة والدي وأمانة والدتي.

زينب حسين

فقدت ثقتي بها!



أول القصة

منذ أن عصفت بحياتنا تلك الحادثة الأليمة واقتلعت جذري المحبة والأمان وأردتهما صريعين، بقينا أنا وأختي الصغيرة يتيمين من دون والدين، فأخذت على عاتقي أن أكون أباً وأماً وأخاً لأختي وأتكفل بتربيتها حتى لا تشعر بمرارة اليتم والحرمان.

بداية المعاناة

عانيت بشدة في هذه المرحلة العصيبة فمن الصعب عليّ باعتباري فتى شاباً أن أعتني بطفلة صغيرة حتى اضطررت إلى ترك دراستي لكي أتفرغ للعناية بها، وكثيراً ما نصحوني بالزواج لكي تتكفل زوجتي بتربيتها وتخفف معاناتي، لكنني كنت أرفض هذا المبدأ خوفاً على أختي، فقد لا أجد المرأة الصالحة التي تقوم بهذه المهمة على أكمل وجه، أو قد أظلمهما معاً بهذا القرار.

مرحلة العناد

كبرت تلك الطفلة وأصبحت فتاةً في مرحلة المراهقة وكبر معها اهتمامي وزاد خوفي عليها، وخاصة عندما بدأت تشعر أنها ناضجة وتستطيع الاعتماد على نفسها وتعتدّ برأيها حتى لو كان خاطئاً، وأصبحت بالكاد أقنعها برأيي أو أغير تفكيرها فهي عنيدة جداً، وأنا لا أريد أن أحزنها أو أغضبها مني، وأكثر شيء عانيته هو مسألة الحجاب. لقد حاولت بكل الطرق وبذلت مجهودي لكي أقنعها بلبسه وعدم الاستهانة به، ولكنها تتذمر دائماً وتجادلني بعدم جدواه لأنها تظن بأنه من التخلف والرجعية ولا يواكب التطور والتحضر. وكانت ترتديه على مضض، وتتحجج بصديقاتها السافرات اللواتي يسخرن منها إذا لبسته.

صعوبة الإقناع

أعتقد أن العيب فيّ وليس فيها فأنا رجل وليس لديّ القدرة على التفاهم مع الفتيات في سنّها ولا أعرف الأسلوب المناسب في كيفية التأثير في عقلها وقلبها؛ فلو كانت والدتي على قيد الحياة لنجحت في ذلك الأمر. لقد أدركت حينها صعوبة تربية البنات في هذا العالم المنفتح بكلّ مغرياته.

فرحة ووعود

وجاء اليوم الذي دخلت فيه تلك الطفلة المدللة إلى الجامعة بعد أن أصبحت فتاة ناضجة. لقد كانت فرحتي لا توصف ودموعي تتقاطر من عيني عندما رافقتها في أول يوم لها، وكنت فخوراً بها وشاكراً لله تعالى لأنني أجني ثمار ما بذرت وتعبت فيه طوال هذه السنوات، واستطعت أن أوصلها إلى هذه المرحلة وقلبي مطمئن من أنها سترفع رأسي عالياً وستحقق ما لم أستطع تحقيقه من النجاح والتفوق. وقد وعدتها بأن أساندها وأشجعها لحين إكمالها دراستها وتخرجها من الجامعة، ووعدتني هي بالالتزام والوقار والإصرار على مواصلة الطريق وعدم الخذلان.

صدمة عنيفة

كنت أعد الليالي والأيام لتكمل مرحلتها الأولى وتبشرني بنجاحها إلى أن حان وقت النتائج لكنني لم أعد أتحمل أكثر فالانتظار صعب وطويل، فحملت نفسي وأسرعت إلى الجامعة لأواكب الحدث وأفاجئها بمجيئي وأشاركها فرحتها.

وصلت وقلبي تتسارع دقاته على نغمات الأمل والتفاؤل، وشعرت بأنني أرفرف كالطير وأنا أبحث عنها بين أروقة الجامعة، وأنا أتساءل كيف سيكون شعورها عندما تراني. بالتأكيد إنها ستفاجأ، لكنني تفاجئت وصدمت وتزلزلت أكثر منها حين رأيت وجهها الملون وهي تضحك وتمازح زملاءها ومن دون حجاب وبملابس لافتة!!!!

غضب وانهيار

اشتعلت ثورة الغضب في أعماقي، وأضرمت النيران في قلبي، وانتفخت أوداجي، وكدت أنفجر كالبركان الهائج حين ركضت نحوها لأشفي غليلي وأنهي حياتها. وفي هذه اللحظات العصيبة تخيلت والديّ المتوفين ووصيتهما لي، وتراءى لي شريط حياتي ومعاناتي مع أختي من دونهما كالبرق الخاطف، فانهارت قواي وتثاقلت قدماي، وعُقد لساني وعرق جسمي، وأحسست بوخزة في قلبي ووقعت على الأرض مغشياً عليّ وكأنني سقطت من جبل شاهق، وتناثرت أعضائي لتتناثر معها ثقتي بأختي وكل تضحياتي، حينها تمنيت أن تُنهى حياتي في تلك اللحظة أو أن تنشق الأرض وتبتلعني. كيف دعتها نفسها إلى خداعي كل هذه المدة؟ تتظاهر بالستر أمامي وتتخلى عنه أمام الملأ؟

قرار حازم

لقد تبين أنني قد أصبت بنوبة قلبية أردتني طريح الفراش بالي الجسد، رافقتها نوبة اليأس التي جعلتني مكسور القلب محطم النفسية، وهي على مرأى ومسمع من كل هذا، لكنها لم تأبه لما حصل لي بسببها ولم يؤنبها ضميرها البتة على مخالفتها لأوامري. وباختصار تتصرف بشكل طبيعي وكأن شيئاً لم يكن. أظنني دللتها كثيراً وفشلت في تربيتها تربية حسنة، وهذا ما جعلني أندم ندماً شديداً لأنني ضحيت بكل شيء من أجلها ولم أفكر بمستقبلي قط وكرّست كل حياتي لها وأفنيت شبابي وعمري من أجل مستقبلها، لهذا اتخذت قراراً حاسماً وحازماً بمنعها من إكمال دراستها جزاءً لأفعالها غير الناضجة وكذبها ونقضها لوعودها.

رفض وجدال

رفضت قراري ووصفته بالقرار الظالم والمجحف، وتحججت بوعدي لها بمساندتها لحين إكمال دراستها، وظلت تذكرني بوصية والديّ في حقها، وتنعتني بالرجعي والمتزمت وغيرها من الصفات التي لا تمتّ إليّ بصلة، وبقيت تردد: ما زلت صغيرة على ارتداء الحجاب ولا يمكنك إرغامي عليه، فهذا ضمن حريتي الشخصية، ومن حقي التمتع بأناقتي وجمالي، ولو كان والدي (رحمه الله) على قيد الحياة لتفهّم موقفي ولم يمنعني من حرية التعلم ولا من حرية التحرر.

عتاب ولوم

بالكاد تماسكت وتمالكت أعصابي فكلامها القاسي أوجع قلبي، لكنني خرجت عن صمتي طوال تلك الفترة وعاتبتها وقلت لها: أستحلفك بالله العزيز من كان ظالماً وقاسياً على الآخر أنا أم أنتِ؟ من أخلف بوعده أولاً؟ أنا أم أنتِ؟ من ضحى بحياته وبحريته الشخصية من أجل الآخر أنا أم أنتِ؟ أما عن وصية والديّ فأنا لم ولن أخالفها فقد أوصياني بحفظكِ وصونكِ، وأنا حافظت عليكِ ورعيتكِ كما لو كنتِ ابنتي وحبيبتي، ولم أتخذ زوجة إكراماً لكِ، حتى لا تقولي في يوم من الأيام فضّلت زوجتك عليّ، فهل خوفي وحفاظي عليكِ يُعتبر حسب اعتقادكِ من الرجعية والتخلف؟ ولو كان والدي على قيد الحياة لغضب عليكِ لتخليكِ عن الحجاب، فهل كان (رحمه الله) رجعياً عندما اختار فتاةً محجبةً ووقورةً لتكون زوجةً له وكانت تصغركِ بسنوات عديدة؟ وقد ماتت في لحظة خاطفة وغير متوقعة وانتهت حياتها في عمر الورود وهي ما زالت شابة وجميلة، فهل أصبح الموت في منظوركِ الحديث والمتطور يأتي في سن الشيخوخة فقط؟

عهد جديد

وهنا اهتز كيانها وأجهشت بالبكاء وأخذت تقبل يدي وتطلب مني أن أسامحها وأعيد ثقتي بها بعد أن جددت عهدها لي بالالتزام التام بالحجاب والسير على خطى والدتي في الاحتشام والوقار.



الرضا بالقضاءِ مفتاحُ سعادة الدارين

ولاء قاسم العبادي

جُبِلَ الإنسانُ على حُبِّ الخيرِ، وفُطِرَ على الطموحِ والسعيِ إلى التكامل، لذا فهو ما فتئ منذ ولادته وحتى مماته يكدحُ في سبيل بلوغِ أهدافه وتحقيق ما يتمنى، إلا أنّه قد يُفاجأ برياحٍ عاتية تُرجِعُ قارب آماله القهقرى، أو بعواصفَ تُثيرُ الأمواج العالية من كُلِّ جانبٍ ويوشكُ على الغرق.. وقد يعيشُ الحسرةَ والألم والعذاب، فيندب حظّه ويتذمّر، ويستسلم للاكتئاب واليأس والقنوط.

ومن المعلومِ أنَّ ما يسعى إليه الإنسان لا يخلو إما أنْ يكونَ في دائرةِ إمكاناته أو لا؛ فأمّا الأول فما عليه إلا السعي الجادّ لتحقيقه، وأمّا الثاني فلا سبيلَ أمامه إلا التقبُّل والرضا خطوةً أولى، تمهيدًا لمحاولةِ الاقتراب ممّا يصبو إليه شيئًا فشيئًا، عبر تغييرِ ما يمكنه تغييره، وإلا فتغيير الهدف بهدفٍ آخر من رأس، والسعي لتحقيقه.

والأهدافُ الدنيوية المباحةُ في الحياةِ لا تعدُّ ولا تُحصى، والكيّسُ هو من لا يجمد أمامَ هدفٍ تمنّاه ولم يتحقق، بل هو من يوجِّه نظره إلى هدفٍ آخر ربما يكون -هو دون الأول- السبيلَ لسعادته في الدنيا والآخرة.

فالرضا بما يحمله الواقعُ إليه من أسى وما يكتنفه من ألم، مع الإيمانِ التام بأنَّه في مصلحته مهما كان، -إذ رويَ عن الإمامِ الصادق عليه السلام أنّه قال: "عَجِبْتُ لِلْمَرْءِ الْمُسْلِمِ لَا يَقْضِي اللهُ (عَزَّ وَجَلَّ) لَهُ قَضَاءً إِلَّا كَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ قُرِضَ بِالْمَقَارِيضِ كَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ مَلَكَ مَشَارِقَ الْأَرْضِ وَمَغَارِبَهَا كَانَ خَيْرًا لَهُ"[1](١)- هو النقطة الأولى للانعطافِ عن البابِ المغلق إلى أبوابٍ كثيرةٍ تفتح على واقعٍ أجمل وأزهى، في الدنيا والآخرة؛ لأنّ الرضا يعملُ على إراحةِ النفسِ بعد إزاحةِ الهمّ والحزن عنها، ويُسهّل الصبرَ على البلاء، والشكر على النعماء، واستشعارَ الحُبّ لله (تعالى)، والإقبالَ عليه بالطاعاتِ، ويُشيعُ في النفس حُسنَ الظنّ به والتوكُّلَ عليه في عمومِ نواحي الحياة، مما يدفعُ بالمؤمنِ إلى النشاطِ في العمل، والاجتهاد في طلبِ العلم، والاندفاع في كسبِ الرزق، ومن البديهي أنّ تلك السلوكيات تمثّلُ الخلطة المادية السحرية للنجاح، متى ما اقترنتْ بما سبقتها من مشاعر إيجابية من رضا وصبرٍ وشكرٍ وتوكلٍ وحسن الظنّ بالله (تعالى) فإنّها تأخذ بيد المؤمن إلى الفلاح؛ فيكون -علاوةً على نجاحه المادي-، مُتسمًا بالسكينةِ والهدوءِ والاطمئنان النفسي، فضلًا عن عظيم الثواب المرصود له في الآخرة.

والواقعُ يزخر بالعديد من القصص الشاهدةِ على ذلك، فكم من يائسٍ اسودّت الدنيا في ناظريه وضاقت حتى كادت أن تكتم على أنفاسه، وما إن رضيَ بقضائه وانتقل بنظره إلى أهدافٍ أخرى حتى أضاءت له الدنيا ووسعت، وعاش خيرًا من الله (تعالى) وفضله لم يكن في حسبانه، رويَ عن الإمامِ السجّاد عليه السلام أنّه قال: "الصَّبْرُ وَالرِّضَا عَنِ اللهِ رَأْسُ طَاعَةِ اللهِ وَمَنْ صَبَرَ وَرَضِيَ عَنِ اللهِ فِيمَا قَضَى عَلَيْهِ فِيمَا أَحَبَّ أَوْ كَرِهَ لَمْ يَقْضِ اللهُ (عَزَّ وَجَلَّ) لَهُ فِيمَا أَحَبَّ أَوْ كَرِهَ إِلَّا مَا هُوَ خَيْرٌ لَه"[2].

١- الكافي، الشيخ الكليني، ج٢، ص٦٢، باب الرضا بالقضاء، ح٨.

٢- المصدر السابق، ج٢، ص٦٠، باب الرضا بالقضاء، ح٣.



تحذير الخصوصية

أ.م.د آمال آل حيدر

تحذير الخصوصية، مصطلح طالما اعتدنا على قراءته عند استخدام أيٍّ من التطبيقات الإلكترونية، وعند اقتناء أجهزة الاتصال الإلكتروني حرصاً منا على عدم اختراق هذه الأجهزة والوصول إلى بياناتها الخاصة. كل ما ذكرناه صحيح ومنطقي ومقبول، إذن ما المشكلة في ذلك؟، نجيب باختصار المشكلة هي أننا لم ولن نحافظ على خصوصيتنا من خلال الاستخدام غير الأمثل لهذه الأجهزة فضلًا عن المواقع الإلكترونية. فنحن نقوم بنشر أدقّ تفاصيل حياتنا ومشاركتها مع مشتركين آخرين لا تربطنا بهم أي صلة قرابة أو رحم، ونطلب منهم الإعجاب والتعليق وإبداء الرأي في الخصوصيات الخاصة إذا صح التعبير. وأمامنا خياران لمعالجة هذا الموضوع؛ الأول هو أن يتطابق حرصنا على معرفة خصوصية الأجهزة الإلكترونية وعدم اختراقها من قبل أيّة جهة كانت مع تصرفاتنا ونشرنا للموضوعات الخاصة بحياتنا. أما الخيار الثاني، فهو عدم التدقيق والحرص على معرفة خصوصية الأجهزة الإلكترونية؛ لأننا لا نبالي بنشر أدق تفاصيل حياتنا ونرغب برؤية أعلى عدد من الأعجابات والمشاركات فضلاً عن التعليقات. فبحسب الخيار الثاني لا داعي للخصوصية لأنها بالأصل مفقودة من طرف المستخدم نفسه؛ لذا لا بد من مراعاة الخصوصية الذاتية قبل العناية بخصوصية الأجهزة الإلكترونية.



العفــو والتسامــح

ضرغام محمد علي

إذا أردنا أن نكّون جيلاً قادراً على التعاون والإبداع وإفشاء المشاعر الطيبة التي تساعد على تبادل المعرفة وإنتاج كمّ هائل من المهارات، لا بُد من التسامح الذي هو بحد ذاته قادر على إنشاء مجتمع واعٍ ومُتجدد ومنطلق نحو الرُقي والتطور، ونبذ التنمر والعنف بين أبناء المجتمع. فإننا خُلقنا لكي نتعامل بعضنا البعض الآخر بحسن نية ونُنقي أنفسنا من كل سراب فكرٍ سيء، وننتشل أنفسنا من كل موقف سلبي يدمر المجتمع، فإن الشخص الكريم والمتواضع هو المُتسامح الذي دائماً ما يحمل طريق السلام وسُبل السعادة وفهم معاناة المجتمع. ولكي نكون حاملي رسالة الإسلام دائماً فيجب مُراعاة الآخرين من خلال التسامح، فقد روي عن الإمام جعفر الصادق (عليه السلام) قوله: "ما من عبدٍ كظم غيظاً إلَّا زاده الله عز وجل عزّاً في الدنيا والآخرة، وقد ذكر الإمام قوله تعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ * وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾"[1] وقد بيّن الإمام الصادق (عليه السلام) أن الله يثيب العبد الذي يكظم غيظه ويصبر على الأذى ويسامح المسيء ويحاول نصحه، حيث نُدرك بأنه توجد صلة بين

١- تفسير النور، محسن قراءتي، مج١، ص٥٨٤.

التقوى ورحابة الصدر وعدم العداوة والبغضاء بين صفوف المجتمع (فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ)[٢]. وبهذا المنطلق نفوز بمحبّة الله تعالى ومحبة الناس؛ لأن الذي يعفو عن الناس ويسامحهم دليل على ايمانه وعمله الصالح، يقول تعالى (إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا)[٣]، فعلينا أن نعفو عن كثير وأن نكظم غيظنا وغضبنا في المواقف التي تواجهنا وأن نحكّم العقل ونغلّب طابع السكينة ونتجنب أهواء أنفسنا؛ لأن المتقين ليسوا أسارى أهوائهم، بل لهم مَلكة للتعامل في مسك زمام أنفسهم.

إن كل ما مرّ من صفات اتصّف بها المؤمن الذي يكظم غيظه ويسامح الناس ويعفو عنهم ويحاول نصحهم، وقد يمد يد العون للمسيء منهم، قد يتصور البعض أنها ضعف وخنوع وهروب وعدم المواجهة، ولكن في الحقيقة هي إيمان وحكمة وصبر، وهذه الصفات كلها ليست من صفات الضعفاء، وقد اتصف بها أهل البيت ﷺ طوال حياتهم. وكان أمير المؤمنين الأنموذج الناصع لذلك، وهو الذي من شجاعته تهرب أبطال العرب عند المواجهة في الحروب، وفي الوقت نفسه نجده كاظماً لغيظه يعفو عن الناس ويتودد لهم كما يتودد الأب لأولاده.

وقد ورد في تعاليم الإمام أمير المؤمنين ﷺ ونصائحه في قوله: "يا ابن جندب صِل من قطعك، وأعط من حرمك، وأحسن إلى من أساء إليك وسلّم على من سبّك، وأنصف من خاصمك، واعف عمّن ظلمك، كما إنك تحب أن يعفى عنك، فاعتبر بعفو الله عنك"[٤].

ولم تختلف سيرة الأئمة من ولده ﷺ كما جاء في سيرة الإمام زين العابدين ﷺ حيث إن جارية كانت تحمل الإبريق، وتسكب الماء ليتوضأ، فوقع ما في يدها على وجهه فشجّه، فرفع رأسه إليها لائماً فقالت له الجارية: إن الله تعالى يقول: والكاظمين الغيظ، فقال: قد كظمت غيظي فقالت: والعافين عن الناس، فقال: عفوت عنك، فقالت: والله يحب المحسنين، قال: أنت حرة لوجه الله[٥].

فهل كان الإمام زين العابدين ﷺ ضعيفاً في هذه الحالة؟ الجواب: كلا ولكنه عمل بأخلاق الأنبياء التي منها العفو والتسامح وكظم الغيظ.

٢- سورة فصلت، آية ٣٤.

٣- سورة مريم، آية ٩٦.

٤- بحار الأنوار، العلامة المجلسي، ج٧٥، ص٢٨٤.

٥- جهاد الإمام السجاد، محمد رضا الجلالي، ١٤٨.

الغريب في الحيـاة

د. بتول عرندس/ لبنان

الحياة، ملأى بالأقنعة، بالمطبات، بالانكسارات.
فلا تعجب أيها الإنسان.
سيقال عنك غريب.
والغريب أننا كلّنا في الدنيا غرباء.
يجهل بعضهم أن الانتماء بالروح أكبرُ من الانتماء بالأوراق.
يتجاهل بعضهم أو ينكرون.
يتجاهلون أننا نعيش في دولة صاحب الزمان.
وكلنا منها وفيها خُدّامه.
خُدام أهل البيت أينما حللنا.
نحملُ أوجاع الناس وهمومهم.
نسخّرُ أنفسنا لخدمة الناس.
فالغريب من لم يرحم عبيد الله.
لم يرحمهم بقولٍ فاسد وتهمٍ باطلة.
ثم يصلي ويصوم!!
فأي صلاةٍ تلك تردعها دعوة مظلوم.
وأيُ صومٍ لا يرفعهُ شكوى غريبٍ.
لا غرابة في الأمر.
فهكذا مسلمُ بن عقيل.
ظنَّ نفسه واحداً من أهل الكوفة.
وسرعان ما انهالت عليه نيران الحقد والبغي.
وظلَّ وحيداً غريباً.
كلنا غرباء.
حين نبتعدُ عن الله.
وتسودُ قلوبنا وتقسو.
أما المضحكُ المبكي.
من لا يعرفُ أهله وأرضه وحق الناس عليه.
المِقتاتُ على موائد الغيبة والنميمة والقول الباطل.
المتسلي بأعراض الناس.
المُعتاش على رمي الاتهامات.
فالويل له من ليالٍ ترفعُ فيها الدعوات.
لإلهٍ حكيمٍ يعطي كل ذي حقٍ حقه.
ولا ينسى المظلوم.



انعكاس المرايا في جميل النيّات

د.يمن سلمان الجابري/ المثنى

جميعنا يعرف الخاصية الانعكاسية للمرآة، وكلما أصبحت برّاقة نقية خالية من الشوائب التي تسرق جزءاً من الضوء وتمنع انعكاسه، زاد انعكاسها بقوة ولمسافة أبعد.. هكذا تكون القلوب السليمة الخالية من الغِلّ والكراهية والحسد وغيرها من الشوائب التي تمنع امتصاص وانعكاس الأنوار الإلهية والفيوضات الربانية لتشعّ نوراً. يقول مولانا أمير المؤمنين (عليه السلام): "خلو الصدر من الغل والحسد من سعادة العبد"[١]، بل إنَّ مَن تمكّنت منه هذه الشوائب لا يهنأ له بال، كما قال مولانا الإمام الحسن العسكري (عليه السلام): "أقل الناس راحة الحقود"[٢].

ولهذا نجد ديننا الحنيف صبَّ جُلّ اهتمامه بهذه العلقة (القلب)، وبسببها بعث النبي (صلى الله عليه وآله): "إنما بُعثتُ لأتمم مكارم الأخلاق"، لتبقى هذه العلقة طاهرة على الرغم من رحلة سفرها من عالم الأرحام للدنيا ثم إلى الآخرة، ولهذا قال تعالى: (إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ) أي: سالم من الدنس والشرك، وعن ابن عيينة قال: سألت أبي عبد الله (عليه السلام): عن قول الله عز وجل: "إلا من أتى الله بقلب سليم" قال: القلب السليم الذي يلقى ربه وليس فيه أحد سواه، وقال: وكل قلب فيه شرك أو شك فهو ساقط، وإنما أرادوا الزهد في الدنيا لتفرغ قلوبهم للآخرة"[٣].

قد يسأل سائل لِمَ كل هذا الاهتمام؟

الجواب هو لأن القلب هو ملك باقي الجوارح فمنه المنبع وإليه المَصبّ.. وكلما كان هذا المنبع صافياً رقراقاً ارتقى في سلّم الكمال..

فسعادة المرء بنقاء القلب، ولكي تكمل وتتم هذه السعادة في الآخرة؛ قال تعالى: "وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِم مِّنْ غِلٍّ إِخْوَانًا عَلَىٰ سُرُرٍ مُّتَقَابِلِينَ"[٤].

فاحرص على مراقبته وتنظيفِهِ كل يوم كما تنظف بيتك وملابسك.. نعم فالنظافة من الإيمان..!! ومن أجل ذلك يوصوننا أهل بيت النبوة (عليهم السلام) بقاعدة أساسية يرسمها لنا كاظم الغيظ (عليه السلام): "ليس منا من لم يحاسب نفسه في كل يوم، فإن عمل خيراً استزاد الله منه وحمد الله عليه، وإن عمل شيئاً شراً أستغفر الله وتاب إليه"[٥].

من أجل أن يبقى هذا القلب نظيفاً طاهراً... فهنيئا لمن شعّ قلبه بالإيمان والمحبة وعكس أنوار أخلاقه على الآخرين ليحويهم بمحاسن سلوكياته فيكون بذلك قدوة لغيره.



١- ميزان الحكمة، محمد الريشهري، ج١، ص٦٤٨.
٢- المصدر نفسه، ج ٢، ص ١٣٠٤.
٣- الكافي، الشيخ الكليني، ج ٢ ص١٦.
٤- سورة الحجر، الآية٤٧.
٥- الاختصاص، الشيخ المفيد، ص٢٦.

أهوار العراق



هي مجموعة المسطحات المائية التي تغطي الأراضي المنخفضة الواقعة في جنوبي السهل الرسوبي العراقي، وتكون على شكل مثلث يقع في مدن العمارة والناصرية والبصرة وذي قار وميسان. وتتسع مساحة الأراضي المغطاة بالمياه وقت الفيضان في أواخر الشتاء وخلال الربيع، وتتقلص أيام الصيهود. وتتراوح مساحتها ٣٥-٤٠ ألف كيلو متر مربع.

وأطلق العرب الأوائل على هذه المناطق اسم «البطائح»، جمع بطيحة، لأن المياه تبطحت فيها، أي سالت واتسعت في الأرض، وكان ينبت فيها القصب.

تعرضت الأهوار للتجفيف في التسعينات من القرن الماضي، وتحديداً بعد انتفاضة الشعبانية عام ١٩٩١، عقاباً لسكان الأهوار الذين قاموا بانتفاضة ضد الحكم البعثي الديكتاتوري. ولم يتبقَ سوى ٤٪ من إجمالي مساحتها بعد تجفيف ٩٦٪ منها. وبعد أسقاط الحكم البعثي بدأت مشاريع تنمية الأهوار، إذ أصبحت الآن من أجمل المناطق السياحية في العراق. وفي يوم ١٧ تموز ٢٠١٦ وافق اليونسكو على وضع الأهوار ضمن لائحة التراث العالمي كمحمية طبيعية دولية بالإضافة إلى المدن الأثرية القديمة الموجودة بالقرب منها، مثل أور وإريدو والوركاء.

أفضل أنواع المتسلقات المزهرة



الجهنمية

❖ أحد أنواع المتسلقات المزهرة الشهيرة وذات أزهار زاهية جميلة.

❖ الزهور عبارة عن أوراق صغيرة، أو معدلة، وتأتي في ألوان متعددة بما في ذلك الوردي والأحمر والأرجواني والبرتقالي والأصفر.

❖ نبات سريع النمو، ومقاوم للجفاف، وينمو جيدًا تحت أشعة الشمس الكاملة.



زهرة الآلام (زهـــرة العاطفـــــة)

❖ هي أزهار متسلقة دائمة، مع أزهار مذهلة تفتح ليوم واحد فقط ثم تموت.

❖ تنتج كل كرمة عددًا من الزهور، لذلك تحصل على الكثير من الزهور للاستمتاع بها خلال موسم الإزهار.

❖ الألوان الأكثر شيوعًا هي الأزرق والأبيض والأرجواني، وتأتي باللون الأحمر أيضًا.

❖ تنمو بشكل أفضل في الشمس الكاملة إلى الظل الجزئي.



مجد الصباح

❖ أمجاد الصباح هي متسلقات حولية ذات أزهار على شكل بوق.

❖ يمكن أن تكون الأزهار أرجوانية أو وردية أو زرقاء أو بيضاء.

❖ تتفتح من أوائل الصيف حتى أول موجة صقيع.

❖ تنمو بسرعة وبسهولة، لذلك سيكون لديك نباتات مجانية كل عام.

اضطراب القلق

د. وفاء كاظم جبار
استشارية نفسية في مركز إرشاد العتبة الحسينية المقدسة

القلق هو استجابة منتشرة نقرأها في معظم الاضطرابات النفسية. وقد دعا هذا الانتشار بعض الباحثين إلى اعتبار القلق مرضاً مرضياً (اضطراب) وليس مرضاً مستقلاً بذاته، ويكون مع شعور غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الأحاسيس الجسمية. فالقلق يعني الإحساس بالخطر وعدم الاطمئنان.

والقلق هو شعور غير مريح تظهر أعراضه على شكل أعراض جسدية. إذن يمكن أن نعده حالة انفعال واستجابات سلوكية للتهديدات المتصورة.

العوامل المؤدية إلى القلق

❖ البيئة: نشأة الفرد والأحداث المحيطة بها.

❖ المعتقدات: نماذج التفكير الثابتة في تفسير الأحداث التي تؤدي إلى الشعور بالقلق.

❖ طريقة تفكير الفرد الخاطئة: التي تساعد على شعوره المستمر بالقلق.

التمييز بين القلق والخوف

لا بد أن نميز بين اضطراب القلق واضطراب الخوف، لأن الاضطرابات النفسية تتداخل فيما بينها في بداية أعراضها، لذلك يختلف اضطراب القلق من الخوف الطبيعي من خلال:

❖ شعور مفرط ومستمر.

❖ ضعف الأداء مما يؤدي إلى معاناة نفسية.

❖ شعور يسبب أعراضاً جسدية غير مبررة.

الأعراض الجسدية

قبل ظهور حالة القلق على الشخص، يكون هذا الشخص إما متعرضاً لموقف اجتماعي يخجل منه أو هناك مشكلة اجتماعية يخجل منها، أو موضوع مخيف يتصور أنه يصيبه لا محالة.



فعندما تتداخل الأمراض النفسية تنتج أمراضاً جسدية، وهذه الأمراض تكون حقيقية (سريرياً) واضحة لا يستطيع الشخص أن يسيطر عليها وهي:

❖ اضطراب المعدة: غثيان، تقيؤ، إسهال، جفاف الفم، آلام المعدة، وشعور بانتفاخات المعدة، فقدان الشهية.

❖ اضطراب الجهاز العصبي: ارتعاش، صداع، دوار.

❖ عدم انتظام دقات القلب، تحسس، ألم الصدر.

❖ تنفس سريع، مع ضيق في التنفس.

❖ تعرق.

❖ شد عضلي وأوجاع.

❖ أرق.

❖ تمل.

❖ خفة البول.

أنواع القلق

❖ اضطراب القلق الانفصالي.

❖ الصمت الانتقائي.

❖ اضطراب القلق العام.

❖ اضطراب الهلع مع الفوبيا.

❖ الرهاب الاجتماعي.

❖ اضطراب القلق من الدواء الحديث.

❖ اضطراب القلق بسبب بعض الحالات الطبية (سرطان الثدي).

تمييز أعراض اضطراب القلق العام

❖ قلق مفرط يحدث لأكثر الأيام على الأقل ٦ أشهر تجاه تخوف أو توقع معين.

❖ الأعراض تحدث تغيرات سلوكية في أداء العمل أو الدراسة.

❖ يجد الفرد صعوبة في السيطرة على الأعراض.

❖ الاستجابات للمشاعر غير اعتيادية.

❖ الأرق أو الشعور بالتوتر بشكل غير طبيعي.

❖ الشعور بالتعب السريع.

❖ صعوبة التركيز في التفكير حتى في وقت الفراغ.

❖ تهيج في الجهاز الهضمي أحياناً.

❖ شد عضلي.

❖ صعوبة النوم في الليل والبقاء في السرير عند الاستيقاظ (نوم غير مريح).

العلاج المعرفي

❖ يهدف العلاج المعرفي إلى التعاون والمشاركة الفعالة في العلاج بين المعالج والحالة.

يركز العلاج المعرفي على الحاضر (المشاكل الحالية والمواقف المؤلمة).

❖ إن أغلب حالات القلق يتطلب ١٤ جلسة لتحقيق التخلص من الأعراض وتسهيل عملية الشفاء وتعليم الحالة الأدوات التي تستطيع بها تجنب الانتكاسة.

❖ جلسة في كل أسبوع، وبعد مضي شهر يقرران أن يجريا جلسات نصف شهرية ثم شهرية وبعد نهاية العلاج يقرران ان يجريا جلسات تعزيزية كل ثلاث أشهر لمدة عام.

❖ إن جلسات العلاج النفسي مقننة بمعنى اتباع شكل محدد في إدارة الجلسة والواجبات المنزلية التي يعطيها المعالج للشخص المصاب باضطراب القلق. فيقوم بشرح مفاهيم معينة مثل تقييم أفكاره بنفسه، بحيث يجعل الشخص القلق مدركاً لما يفكر به، ثم تقييم مصداقية أفكاره من خلال الأسئلة التي تدعم فكرته، والأدلة التي تدحضها، وكيفية إعداد خطة عمل، والمعالج يفعل ذلك من خلال أسئلة حوارية بينه وبين الحالة، وهذا يساعدها على التعرف على دقة أفكارها لكي تكتشف المعتقدات السلبية التي تتمسك بها.



دينك عافيتك.. وعافيتك دينك

د. حنان البغدادي

بينت لنا العقيدة المحمدية الحقّة بتوافق مع آيات الكتاب البينات، أنواع العبادات والتي يكتمل بها تكوين الجسم والروح والنفس، وبالتوافق مع العقل واطمئنان القلب، فتزكو النفوس وتنشرح الصدور وتظهر أنوار الجوارح بالأخلاق الفاضلة، التي جعلت المسلمين في مجتمعه كالعضو للجسم، والمجتمع للمسلمين كالجسم للعضو، حيث تعمّ الأخوة الصادقة بترجمة أسمى أهداف الإسلام (إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ) (الحجرات -١٠) ولنيل السعادة في الدارين، ينبغي أن نوفق لترجمة ما جاء في كتاب الله العزيز: (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) (الذاريات٥٦)، فتحقيق الغاية من الوجود في هذا الآية الكريمة هي العبادة المقننة في كتابه الكريم.

وعن أمير المؤمنين صلوات الله عليه، قال لكميل بن زياد: يا كميل أخوك دينك، فاحتط لدينك بما شئت.

من خلال هذه المقدمة نستطيع أن نصل بأن أساس وجودنا هو العبادة، ولكن أية عبادة، العبادة التي تتوافق مع حفظ حياة المسلم وصحته وكمالاته الإنسانية، والدين الإسلامي لم يترك صغيرة أو كبيرة في أنماط الحياة إلا وضع لها قواعد وثوابت تتعلق بحياته الاجتماعية والصحية.

ولما كانت المرأة في مجتمعنا تتحمل العبء الأكبر داخل العائلة وخارجها، سيما بالنسبة للمرأة العاملة، أحببنا أن نتناول الجانب المهم بعد الالتزام بالدين ألا وهو الجانب الصحي الذي كثيراً ما تهمله النساء. أما بتفاعلها مع متطلبات الحياة بشكل كامل، أو اللجوء إلى تحسين مظهرها وتجميل شكلها وإهمال كيانها وصحتها التي هي أهم، وبتقدم العمر تبدأ المشاكل التي لم تعد قادرة هي أو الطب أحياناً على إصلاحها، وإن حصل فبالمعاناة وبالكثير من الألم والوقت والمال. فتؤثر بعد ذلك على عائلتها التي حرصت على رعايتها وبذلت جهدها في توفير متطلبات الحياة لهم، دون أن تنتبه لإدامة صحتها.

لذلك نريد أن نبين لك هنا أختي الكريمة ضرورة أن تعملي على إدامة بنيانك وعافيتك بالأساليب المتاحة كي لا تنهدم عناصر الحياة الأساسية، ألا وهي الصحة.

لا يتأتى ذلك إلا من خلال أن:

❖ تمنحي نفسك وقتاً لممارسة الرياضة حتى وإن كانت في المنزل، فهنالك الكثير من التمارين التي يمكن ممارستها دون الحاجة إلى قاعات رياضية.

❖ السير مسافات طويلة للمحافظة على المفاصل والعمود الفقري وحركة الدم في الجسم، حتى وإن كان مرتين أو ثلاثاً في الأسبوع.

❖ الفحوصات الدورية للدم لأنه عضو الحياة الأول، وهو الذي يعطي مؤشراً للصحة أو الاعتلال.

❖ الانتباه إلى التغذية الجيدة وعدم الإفراط الذي يؤدي إلى السمنة أو أمراض شتى.

❖ استعمال المكملات الغذائية أو الأعشاب التي تعمل على تقوية الجسم وتدعم المناعة، كما كان يفعل أسلافنا رحمهم الله.

❖ احذري من إعلانات مواقع التواصل الاجتماعي التي تزخر بالمكملات الغذائية أو التجميلية، فإنّ معظمها تجارية وعناوين خالية من الصحة، ربما يكون ضررها أكثر من نفعها.

أختي المؤمنة، الحفاظ على الصحة هو أيضاً واجب ديني يحتم عليك الالتزام وعدم التفريط به، نرجو الله للجميع الصحة والعافية في الدين والدنيا.

فوائد فاكهة القشطة الـمذهلة

تعزيز صحة الشعر والبشرة

إن تناول فاكهة القشطة يمنح بشرتك نضارة وانتعاشًا ظاهرًا ويمنح شعرك بريقًا وكثافة ملحوظين، بسبب وجود فيتامين (أ) بكثافة، ونظرًا لمحتواها العالي من فيتامين ج، فإن تناول فاكهة القشطة يساعد في الحصول على حصتك من مضادات الأكسدة، والتي تلزمك لمحاربة الجذور الحرة التي تلحق الضرر بالخلايا وتسبب شيخوختها، وبالتالي التخفيف من ظهور التجاعيد والتقليل من آثار تقدم السن الظاهرة.

مكافحة السرطانات

تحتوي فاكهة القشطة على مركب كيميائي هام يدعى الأسيتوجنين، يقوم بمهاجمة مصادر الطاقة للخلايا السرطانية، وتحفيز عمليات موت الخلايا الذاتية. كما تعمل مضادات الأكسدة المتوافرة بنسب عالية في فاكهة القشطة على تدمير الجذور الحرة التي تلحق الضرر بالخلايا.

خسارة الوزن الزائد

نظراً لأن القشطة غنية بالألياف الغذائية التي تشعر من يتناولها بالشبع ولفترة طويلة نسبيًا، فإن هذه الفاكهة تعد مثالية للراغبين بفقدان الوزن الزائد، إذ إن تناول فاكهة القشطة بانتظام يعمل كقاطع طبيعي للشهية، ويشعرك بفقدان الرغبة في تناول الطعام ولفترة طويلة.

علاج التهاب المفاصل والروماتيزم

احتواء فاكهة القشطة على نسب مرتفعة من المغنيسيوم يساعد على الحفاظ على كميات الماء والسوائل في الجسم بنسب متوازنة ومثالية، الأمر الذي يساعد على تخليص المفاصل من الأحماض المتواجدة فيها، مما يقلل من الشعور بالألم وحدة الأعراض الأخرى المرافقة لأمراض الروماتيزم والتهاب المفاصل.

صحة الجهاز الهضمي

نظراً لأن القشطة تُعد مصدر ممتاز للألياف الغذائية فإن تناولها يساعد على تحريك الفضلات في القناة الهضمية بشكل أكثر سلاسة، كما تساعد هذه الألياف على الآتي: علاج الإمساك والتقليل من فرص الإصابة به، التقليل من فرص الإصابة بمتلازمة القولون العصبي.

تحسين الحالة المزاجية

يُعد تحسين الحالة المزاجية من فوائد فاكهة القشطة المهمة، حيث تحتوي فاكهة القشطة على كميات كبيرة من فيتامين (ب٦)، وهو فيتامين معروف بخصائصه المميزة في تحسين الحالة المزاجية والشعور بالسعادة ومحاربة الاكتئاب.

تحسين صحة القلب

يساعد محتوى فاكهة القشطة من المغنيسيوم والبوتاسيوم على تحفيز عضلة القلب على الاسترخاء وتقوية الأنسجة المكونة لها، ما يقلل من فرص الإصابة بأمراض القلب، والتقليل من مستويات الكولسترول الضار في الجسم، كما يحافظ على ضغط الدم في مستويات معتدلة، والتقليل من فرص الإصابة بارتفاع ضغط الدم.

الوقاية من مرض السكري

تعمل هذه الفاكهة على تحفيز إنتاج الأنسولين في الجسم، وتعزيز قدرة العضلات على امتصاص حاجتها من الغلوكوز، ما يسهم في الحفاظ على نسب السكر في الدم ثابتة ومعتدلة.

تعزيز صحة العيون

نظرًا لمحتوى فاكهة القشطة العالي من فيتامين (أ)، قد تسهم فاكهة القشطة في تحسين صحة عينيك ونظرك بشكل ملحوظ، كما يقلل فيتامين (ج) المعروف بخصائصه المضادة للأكسدة من فرص الإصابة بأمراض العيون المختلفة.

وتساعد فاكهة القشطة على التقليل من خطر الإصابة بمشكلات العيون التي تنشأ بشكل طبيعي مع التقدم في السن.

فوائد فاكهة القشطة للحامل

- تقوية أعصاب دماغ الجنين.
- تعزيز نمو الجنين بشكل صحي.
- تخليص الحامل من غثيان الصباح، والتقلبات المزاجية، واضطرابات الشهية.
- تزويد الحامل بحاجتها من النحاس، والذي قد يتسبب أي نقص فيه بحدوث الولادة المبكرة.

المصدر: webteb.com

أوراق ملونة

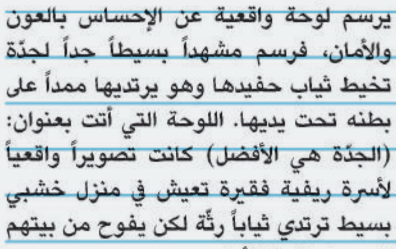
وصية



قال أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام):
إنّ مكرُمةً صَنَعتَها إلى أحدٍ من الناس إنما أكرَمتَ بها نفسك وزيّنت بها عِرضك، فلا تطلب من غيرِك شُكرَ ما صَنَعتَ إلى نفسِك



لوحة (الجدة هي الأفضل)

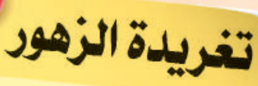


يُحكى أنّ رسّاماً نمساوياً يُدعى أدولف هامبورغ (١٨٤٧ – ١٩٢١) طُلب مِنه أن يرسم لوحة واقعية عن الإحساس بالعون والأمان، فرسم مشهداً بسيطاً جداً لجدّة تخيط ثياب حفيدها وهو يرتديها ممداً على بطنه تحت يديها. اللوحة التي أتت بعنوان: (الجدّة هي الأفضل) كانت تصويراً واقعياً لأسرة ريفية فقيرة تعيش في منزل خشبي بسيط ترتدي ثياباً رثّة لكن يفوح من بيتهم البسيط رائحة الأمان.
سُعداء بثيابهم الرثّة وأثاثهم البالي. يبتسم الصغير في اللوحة للرائي وكأنه حاز الدنيا وما فيها بوجود جدّته، فيما تقف طفلةٌ أخرى أمامهم تمسك بدمية صغيرة وراء ظهرها وتنتظر أن تنتهي جدتها من ترقيع الثياب ليعودوا للعب.

اكتشافات نسوية

الأميركية آدا لوفلايس كانت مساعدة للعالِم والمخترع تشارلز بابج، طوّرت طريقة برمجة للحاسوب غير مسبوقة تستخدم الأحرف والأرقام، نشرت عام ١٨٤٣، لتحجز موقعها كأول مبرمجة حاسوب.





تغريدة الزهور

المساعي الطيبة التي تقوم بها دون أن يعلمها الناسُ.. هي الغمامةُ التي ستظللك طيلة أيامك وحين يأتي جفافك ستمطر فوق رأسك زخاتٍ من خيراتِ الله.

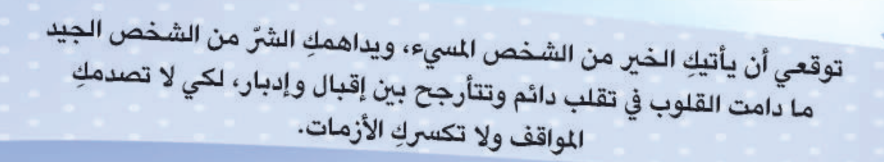
القربان

من عُمقِ نخلَات العراق
تلوحُ تلكَ المَنَارات
فُلكاً تهدِي إلى صِرَاطِ النَّجاة
تمتدّ نوراً حتّى حدود السَّماء
تَرسم الميقَات الفَاصل ما بينَ
لهفَتي وَالوصَال
أُيَمّم شطرَ قَافِلَةِ الضِّيَاء ..
لأقِفَ على الأعتاب
لألوذ بطُهرِ المَنحَر ..
وَيُسفَكُ دَمعِي عِشقَاً
فأكون قُرباناً على مَذبَح الأشواق
وَأرى تقلّب قَلبي في السَّماء
إلهي..
إلهي أرني أنظُر إليه
وَأقتربُ وَجَلاً بكُلّي
وُجُوداً على قيدِ الفَنَاء
هجرتُ نَفسي
خَلَعتُ أناي
وَحين غادرَتني رُوحي وَأبَتْ أن تستقر
علمتُ أنّه الوِصَال
حينَها.. صارَ كَيَاني دكًّا
وَخرَّ قلبي صَعِقًا
أتأذن لي يَا مَولاي
فإن لم أكُن أهلاً لذلك.. فَأنتَ أهل

بشرى بديرة/ سوريا

كلام بعطر الورد

قضت خمس سنيها مع أمها البتول، وأبهرت كل العقول بعلومها، وأخرست كل الألسن بفصاحتها، وعلت على كل النساء بحجابها وعفتها، فتخيلي كيف ستكون لو عاشت كل عمرها برفقتها؟



توقعي أن يأتيكِ الخير من الشخص المسيء، ويداهمكِ الشرّ من الشخص الجيد ما دامت القلوب في تقلب دائم وتتأرجح بين إقبال وإدبار، لكي لا تصدمكِ المواقف ولا تكسركِ الأزمات.

دعوتِ لكلّ أموركِ ورجوتِ لتحقيق أحلامكِ وتوسلتِ كثيراً لقضاء حوائجكِ وأشركتِ أهلكِ وزوجكِ وأولادكِ ومعارفكِ وجيرانكِ بتضرعكِ، فلا تنسي دعاءكِ الأهم بحسن العاقبة.

هل أدلّكِ على وصفة سحرية تجعل جوارحكِ لا تشهد على ذنوبكِ وتسترها، ولا تدونها الملائكة الحفظة وتنساها، ولا تقرّ عليها بقاع الأرض وتكتمها؟ إنها توبتكِ النصوح منها، فبادري ولا تتأخري.

أتعلمين أن من أحد الأسباب التي تزيد من همومكِ ومشاكلكِ وغضبكِ وعدم ارتياحكِ هو تقصيركِ في أعمالكِ، ومن أحد أسباب زوال همّكِ هو غسلكِ للثياب إضافة للأجر الجزيل.

كل من يحاول أن يستهزئ بكِ، أو يسخر من كلامكِ أو يحرجكِ أمام الآخرين، فهو يشعر بالنقص فلا تهتمي له ولا تردّي عليه بالمثل، عامليه بأخلاقكِ فقط فهي التي تجبره على الاحترام أو السكوت.

هل سألتِ اليتيم يوماً عن تلك الغصّة التي لا تزول؟ أو عن ذلك الضيق المتزايد المجهول؟ إنها غصّة فقد الوالد الحنون، واختفاء الرئة الثالثة عن الوجود.

تتذمرين أحياناً وتتعبين مرات عدة من طفلكِ المشاكس وعرامته وطاقته المتنامية التي تفوق طاقتكِ في السيطرة عليه، لكن اطمئني فهي من علامات كبر عقله ورجاحته في المستقبل.



تحت شعار:

(الإمام الكاظم عليه السلام.. نورٌ أضاءَ قعرَ السجون)

تقيم الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة

المهرجــان الرجبــي الأول للشبــاب

أقسام المهرجان

- المقال.
- القصة القصيرة.
- الشعر الفصيح.
- الرسم.
- الصور الفوتوغرافية.
- الأفلام القصيرة.

جميع المحاور يجب أن تكون متعلقة بالإمام الكاظم عليه السلام

- العلاقة مع اللّه.
- مفاهيم تربوية للبيت والأسرة (تنمية مجتمع).
- التعايش السلمي وثقافة التسامح وكظم الغيظ.
- دلالات ومعاني الزيارة المليونية (الرجبية).
- حقوق الإنسان .

ستكون هناك جوائز قيّمة للفائزين الثلاثة لكل قسم من أقسام المهرجان

شروط المشاركة

- أن يكون عمر المشارك من (١٥-٣٠) سنة لكلا الجنسين.
- أن تكون الأعمال المشاركة ضمن محاور المهرجان.
- أن لا يكون قد سبق نشرها أو المشاركة بها.
- أن تتصف بالأصالة الفكرية والمهنية والأمانة العلمية.
- أن يرتقي العمل إلى مستوى الشعار الذي يحمله المهرجان.
- يحق للمشارك تقديم فعالية واحدة فقط لكل قسم من أقسام المهرجان.
- تعرض الأعمال على لجان متخصصة للاختيار والتقييم.

تُسلّم المشاركات اليدوية (الأعمال الفنية)
إلى مركز القرآن الكريم الكائن في شارع كورنيش الكاظمية مع السيرة الذاتية.

تُرسل المشاركات الأخرى إلكترونياً على موقع العتبة الكاظمية المقدسة
مع السيرة الذاتية على العنوان: (info@aljawadain.org)

آخر موعد لتسلّم المشاركات

١٠/ رجب / ١٤٤٤هـ الموافق ٢/ ٢/ ٢٠٢٣م